

Superenkel blåbærpai:

En kjempegod og sunn blåbærpai når vi skal kose oss i barnehagen. Denne har vi også servert på foreldremøter i barnehagen.

- ✓ Ca 1 liter Blåbær. Annen bær eller frukt kan også brukes. F. eks. 4 epler eller tilsvarende mengde annen frukt.
- ✓ 3 dl Havregryn
- ✓ 2 dl Hvetemel
- ✓ 1 dl Sukker (vi reduserer sukermengden og bruker ca $\frac{1}{2}$ dl)
- ✓ 100 gram Smør
- ✓ 1 Egg pisket sammen med gaffel
- ✓ 1 ts Bakepulver
- ✓ Litt Kanel



Slik gjør du

1. Smør en ildfast form (ikke kakeform).
2. Ha bær eller opphakkede epler eller annen frukt i bunnen. Bjørnebær og epler med et dryss kanel over smaker godt.
3. Smelt smøret.
4. Bruk en gaffel eller en rørespade og bland det tørre. Tilsett smeltet smør og egg når smøret er noe avkjølt.
5. Fordel deigen over bær eller frukt.
6. Stek paien på 180 grader i ca 30 - 40 minutter.