



De Schoolkok



Appelcrumble

Ingrediënten voor 4 personen:

- 1 banaan
- 120 gram havermout
- 40 gram all-bran flakes volkoren
- 2 theelepels 100% pindakaas
- Snuf kaneel
- Snuf zout
- 4 appels

Materiaal: appelsnijder, bakpapier, bakplaat, beslagkom, kookpan, lepel, snijplank, vork, weegschaal.



O	1.	Verwarm de oven voor op 200 graden.
O	2.	Prak de banaan fijn met de vork.
O	3.	Roer de havermout, flakes, pindakaas, kaneel en zout door de banaan.
O	4.	Leg een stuk bakpapier op een bakplaat.
O	5.	Verdeel het bananen-havermoutmengsel over het bakpapier
O	6.	Bak de kruimels in ongeveer 10 minuten goudbruin.
O	7.	Maak de kruimels een beetje los van elkaar.
O	8.	Schil de appels.
O	9.	Snij de appels in kleine stukje.
O	10.	Doe een beetje water in een kookpan.
O	11.	Doe de appelstukjes in de kookpan.
O	12.	Kook de appelstukjes gaar in 10 minuten. Roer regelmatig.
O	13.	Verdeel de appel over 4 schaaltes en bestrooi met de kruimels.
O	14.	Bewaar de overige kruimels in een afgesloten bakje.

