



רכיבים

- כוס קמח לבן
- כפית אבקת אפייה
- 1/2 2/1 כוסות דגני בוקר
- כוס שקדים
- כוס צימוקים
- כוס סוכר לבן
- 1/3 3/1 כוס שמן קנולה
- ביצה

הכנה

1. מערבבים את כל החומרים. *ניתן להמיר את השקדים באגוזים באותה הכמות. לתשומת לבך, החלפת הרכיב יכולה לשנות את הערכים התזונתיים של המתכון.
2. מרפדים תבנית אפיה בנייר אפייה.
3. שמים כף מהתערובת במרווחים, ואופים 25 דקות בחום בינוני או עד שמשחים - אבל לא יבש. בתיאבון!

35 דקות 🕒

20 servings 20 ➕