



## Havreruter med nøttemarengs

### Ingredienser

Havregrynsbunn:

- ♥ 200 g smør
- ♥ 1,5 dl sukker
- ♥ 7 dl havregryn

Hasselnøttmarengs:

- ♥ 3 eggehviter
- ♥ 5 ss sukker
- ♥ 130 g hasselnøtter



### Fremgangsmåte

Smelt smøret i en stor kjele. Ta kjelen av platen og bland i sukkeret. Bland deretter i havregrynene.

Fordel blandingen utover i en stor, bakepavirkledd langpanne (ca 30x40 cm). Bruk gjerne en smørekniv så du får blandingen utover i et tynt, jevnt lag.

Stek havregrynsbunnen midt i ovnen ved 200°C i 10-15 minutter, til den er gylden. Ta langpannen ut av ovnen.

Til marengsen piskes først eggehvitene stive. Tilsett sukkeret og pisk videre til marengs. Finhakk hasselnøttene og vend dem inn i marengsen. Bre nøttemarengsen over den stekte havregrynsbunnen. Stek kaken videre midt i ovnen ved 200°C i ca 10 minutter til.

Ta langpannen ut av ovnen og skjær opp kaken i firkanter med en kniv eller et pizzahjul. Slå varmen av ovnen og sett langpannen tilbake midt i ovnen. La kaken

stå slik i ettervarmen i ovnen i ca. 5-10 minutter til. Kaken skal da kjennes litt tørrere ut. Ta langpannen ut av ovnen og la kaken avkjøles helt i formen før du forsiktig tar kakene fra hverandre.

### Tips

- ♥ Jeg bruker helst små, lettkokte havregryn og ikke store havregryn siden de små havregrynene binder kaken litt bedre sammen, men du kan bruke begge typene.
- ♥ Det er lurt å la kaken stå i ovnen litt i ettervarmen slik jeg har beskrevet. Da blir kaken litt bedre stekt, men på en veldig skånsom måte. Kaken bør skjæres opp i ruter mens den er varm, men la kaken avkjøles helt før du tar stykkene fra hverandre. Dette fordi kaken ellers lett går i stykker. Når kakestykkene er kalde, blir konsistensen fastere, og kakene blir lettere å skille fra hverandre.
- ♥ Kakestykkene kan oppbevares i en boks i kjøleskapet og kan også fryses.
- ♥ Varm kakao er deilig tilbehør til disse kakene.

© 2004 - 2025: Det søte liv. [Med alle rettigheter.](#)

---

**Source URL:** <http://dev.detsoteliv.no/oppskrift/havreruter-med-nottemarengs>