Bakt havregrøt - sukkerfrie varianter

Ingredienser

Grunnoppskrift for 1 porsjon:



♥ 1 egg
♥ 1 dl melk (valgfri type)
♥ 1,5 dl havregryn
♥ 1 ss NorSweet (valgfri type)

Topping:

♥ Frukt, bær, nøtter og frø

Fremgangsmåte

Grunnoppskrift:
Finn frem en skål som tåler varme. Knekk i et egg. Tilsett melken (du kan bruke vanlig kumelk eller plantebasert melk). Rør dette sammen. Tilsett havregryn og NorSweet. Bland godt.

Stek havregrøten midt i ovnen ved 200°C i 15-20 minutter. Serveres varm og nylaget, med ønsket topping.

Variant 1: Bakt havregrøt med eple og karamell
Følg grunnoppskriften, og bruk **NorSweet Salted Caramel**. Bland i tillegg et halvt, finrevet eple i havregrøten før steking. Stek som angitt over. Den bakte havregrøten kan toppes med friske eplebiter, eller du kan karamellisere eplebitene først. Ha i så fall eplebiter i en liten stekepanne sammen med **NorSweet Salted Caramel** og kanel. Tilsett et par skjeer vann og varm opp under omrøring til eplebitene er møre. Ha de karamelliserte eplebitene på den bakte havregrøten. Topp med

valnøtter og et ekstra dryss med kanel og NorSweet Caramel. Serveres varm og nylaget!

Variant 2: Bakt havregrøt med banan
Følg grunnoppskriften, og bruk **NorSweet Brown** (smaker veldig likt brunt sukker!). Mos en halv banan og bland i havregrøten før steking. Stek som angitt over. Del den andre halvdelen av bananen i skiver og legg oppå den ferdigstekte havregrøten. Forslag til øvrig topping er noen sultanarosiner, chiafrø, en god spiseskje mandelsmør og et dryss NorSweet Brown til slutt. Serveres varm og nylaget!

Variant 3: Bakt havregrøt med blåbær og kokos
Følg grunnoppskriften, og bruk **NorSweet Blueberry**. Dette sukkeret får smak og blåfarge av ekte, frysetørkede blåbær! Bland også gjerne en liten neve friske eller frosne blåbær i havregrøten før steking. Stek som angitt over. Topp den varme, nystekte havregrøten med blåbær, kokosflak og et godt dryss med NorSweet Blueberry. Enjoy!

Variant 4: Bakt havregrøt med bringebær
Følg grunnoppskriften, og bruk **NorSweet Raspberry**. I denne varianten av NorSweet er det tilsatt frysetørkede bringebær. Bland også inn noen friske eller frosne bringebær før steking. Stek som angitt over. Forslag til topping er friske bringebær, gresskarkjerner og noen pistasjnøtter – og et dryss med NorSweet Raspberry. Nydelig!

Variant 5: Bakt havregrøt med vanilje og varme bær
Følg grunnoppskriften, og bruk **NorSweet Vanilla**. (Av alle variantene som finnes av NorSweet tror jeg nok denne med vaniljesmak er min personlige favoritt.) Bland gjerne også inn noen grovt hakkede pekannøtter hvis du liker det. Stek som angitt over.

Mens havregrøten steker i ovnen, kan du gjøre klar de varme bærene. Ha en neve frosne bær (jeg bruker en miks av blåbær og bringebær) i en liten kjele sammen med en spiseskje NorSweet Vanilla. Gi bærene et raskt oppkok, og ta kjelen av platen. Fordel de varme bærene over den bakte havregrøten straks den tas ut av ovnen. Pynt med et dryss pekannøtter og server varm og nylaget! Såå godt!

Variant 6: Bakt havregrøt med sitrus
Følg grunnoppskriften, og bruk **NorSweet Lemon** som har spennende sitronsmak.

Stek som angitt over. Topp den varme, nystekte havregrøten med appelsinbiter, mandelflak og et dryss NorSweet Lemon. Friskt og deilig!

Tips

♥ Bakt havregrøt bør serveres varm og nylaget. Merk at den blir mer kompakt enn kokt havregrøt, og den blir fastere hvis den blir stående en stund etter steking. Liker du bakt havregrøt bløtere, kan du redusere mengden havregryn til 1 dl per porsjon.

♥ Du kan bestille alle 7 varianter av **NorSweet** i nettbutikken **HER**. På nettsiden finner du også mer informasjon om produktet.

© 2004 - 2026: Det søte liv. Med alle rettigheter.

Source URL: https://dev.detsoteliv.no/oppskrift/bakt-havregrot-sukkerfrie-varianter