



Haver-mout Honing Traybake

Ontbijt uit de oven, luie zondagmorgen-stijl

●●●●● CHAOS 1/5

ACTIEVE TIJD

10 min

TOTAAL

30 min bakken + 15
min afkoelen

NIVEAU

Easy

8 stukken

INGREDIËNTEN

200 g	haver-mout oude of snelle haver- mout	200 ml	melk
2	bananen rijp	1	ei
50 g	honing	snufje	kaneel
50 g	boter gesmolten	handvol	noten naar keuze grof gehakt

BENODIGDHEDEN

- ovenschaal 20x20
- kom
- spatel

"Dit is het recept dat ik maak als ik eigenlijk te lui ben om te bakken. Het voelt niet als bakken. Het is assembleren."

— Suzan



SCAN VOOR DE ONLINE
VERSIE

FASE 1 · VOORBEREIDING

1

VERWARM

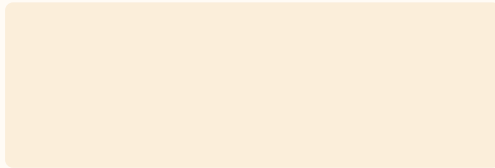


Verwarm de oven voor op 180 graden boven-/onderwarmte en vet de oven-schaal in.

TIP Dit is letterlijk de moeilijkste stap van dit recept.

2

PRAK



Prak de twee rijpe bananen met een vork tot een gladde puree in een grote kom.

TIP Hoe bruiner de banaan, hoe zoeter het resultaat — en hoe makkelijker prakken.

3

MENG



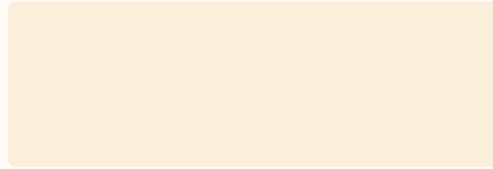
Voeg de melk, het ei, de gesmolten boter, honing en kaneel toe. Roer alles goed door.

LET OP Zorg dat de boter lauwwarm is, niet heet — anders scramble je het ei.

FASE 2 · MIXEN & BAKKEN

4

GIET



Schep de havermout door het natte mengsel tot alles goed bedekt is.

TIP De havermout absorbeert de vloeistof tijdens het bakken — het beslag mag dun lijken.

5

VERDEEL



Giet het mengsel in de ovenschaal en verdeel de gehakte noten gelijkmatig over de bovenkant.

TIP Noten bovenop roosteren mooier dan erdoorheen gemengd.

6

BAK



Bak 30 minuten tot de bovenkant goudbruin en de randen knapperig zijn.

LET OP De middenbovenkant mag iets zacht aanvoelen — hij stijft op als hij afkoelt.

FASE 3 · AFKOELEN & AFWERKEN

7

KOEL



Laat de traybake 15 minuten in de schaal afkoelen zodat hij kan opstijven.

TIP Warm serveren met yoghurt en extra honing is fenomenaal.

8

SNIJD



Snijd in 8 gelijke stukken met een mes. De randen zijn het lekkerst — da's geen mening, dat is feit.

TIP Een siliconen spatel helpt bij het lossen van de stukken.

9

SERVEER



Serveer warm of koud. Warm met yoghurt, koud als snack onderweg.

BEWAREN

Kamertemperatuur

Luchtdicht, max 2 dagen.

Koelkast

Tot 4 dagen, goed afsluiten.

Vriezer

Tot 1 maand, per stuk inpakken.

VARIATIES

* Vervang honing door ahornsiroop voor een diepere, houtachtige zoetheid.

* Voeg 50g chocolade chips toe aan het beslag voor een zoetere versie.

* Gebruik kokosmelk in plaats van gewone melk voor een exotischer smaakprofiel.



Maak je eigen Proud Disaster?

Tag #ProudDisaster · @bubblybakertips. Bakken hoeft niet perfect — bakken moet leuk zijn.

bubblybakery.nl ·