



المقادير:

1 1/2 كوب من الشوفان المطحون

1 1/2 كوب من الخوخ المقشر المقطع إلى شرائح، أو الخوخ
المعلب في العصير الخاص به

1/4 كوب سكر

بياض بيضتين

ملعقتان صغيرتان من الفانيليا

3 أكواب من الحليب منزوع الدسم

بخاخ مانع للالتصاق

ألواح الشوفان بالخوخ

المواد اللازمة للطهي:

ملعقة للمعايرة

أكواب معايرة

مقلاة مربعة

وعاء للخلط

شوكة

اعثر على المزيد من الوصفات عبر الإنترنت على:

www.gcfb.org/recipes_resources

طريقة التحضير:

سخّن الفرن حتى يصل إلى درجة حرارة 350 درجة فهرنهايت. رش مقلاة حجمها 8 بوصات ببخاخ الطهي المانع للالتصاق. اخلط الشوفان والخوخ والسكر. في وعاء آخر، قم بخلط باقي المكونات. اخفقتها بالشوكة حتى تمتزج ثم أضفها إلى خليط الشوفان. ضع المزيج في مقلاة جاهزة واخبزها لمدة 50 دقيقة. تقدم ساخنة.

ملاحظات من الطاهي:

يمكن تجميد صفار البيض وحفظه للاستخدام في وقت لاحق أضف أي فواكه أخرى في متناول يديك، مثل الفراولة أو الموز