

FLAPJACKS AUX FRAISES SECHEES



150 g de beurre

150 g de sucre roux en poudre (voire 100 g si fruits séchés)

15 ml de sirop de canne (ou Golden Syrup, ou mélasse brune ou blonde, ou sirop de blé)

225 g de flocons d'avoine

100 g de fraises séchées ou canneberges séchées

- 1 Préchauffer le four sur 150°C.
- 2 Mixer le beurre avec le sucre et le sirop de canne.
- 3 Faire chauffer à feu doux.
- 4 Ajouter les fraises ou les canneberges séchées, mélanger.
- 5 Ajouter les flocons d'avoine, mélanger.
- 6 Verser dans un plat carré beurré et bien tasser.
- 7 Mettre au four pour 20 min.
- 8 Laisser refroidir suffisamment avant de découper en morceaux.