



## Warme Quinoa ovenschotel

### **Ingrediënten:**

- 1 mok quinoa\*
- (\*is te vervangen door amarant)
- 2 tl kaneel
- ½ tl piment
- 2 eieren
- 2 mokken plantaardige melk
- ¼ mok ahorn siroop
- 1 ½ mol bevroren blauwe of rode bessen
- 1 appel of peer
- ½ mok gehakte noten

### **Bereiding:**

Verwarm de oven voor op 175 graden.

Vet een ovenschaal in (ongeveer 20 bij 20 cm). Schil de appel of peer, haal de klokhuizen eruit en snijd het in kleine blokjes.

Roer in een kom de quinoa, kaneel, piment. Roer goed door zodat de quinoa helemaal bedekt is met kruiden.

Neem een andere kom. Breek de eieren boven de kom. Klop ze goed los en meng de ahornsiroop en de melk erdoor.

Giet het bij het quinoa mengsel en roer goed door. Verdeel dit mengsel op de bodem van de ovenschaal.

Verdeel de appel, de noten en de bessen over de quinoabodem. Roer er even heel voorzichtig door zodat het een beetje mengt met het fruit.

Bak het een uur, tot de bovenkant nagenoeg niet meer vloeibaar is. Serveer het warm. Restjes kan je bewaren in de koelkast.

