

Ontbijt crumble met kwark

Het ontbijt is mijn favoriete maaltijd van de dag. Deze ontbijt crumble staat hier in het weekend regelmatig op het menu. Een basis van fruit met een krokante topping bovenop, warm uit de oven en geserveerd met romige kwark.

Ingrediënten (voor 2 schaaltes van ongeveer 12 cm):

- 150 à 200 gram (rood) fruit
- 50 g havervlokken
- 20 g pitten en/of zaden (ik gebruikte pompoen- en zonnebloempitten)
- 25 g (hazel)noten
- 2 el honing
- kwark



Bereidingswijze:

- Verdeel het fruit gelijkmatig over de schaaltes.
- In een kom roer je de havervlokken, pitten, zaden, noten en honing door elkaar tot een plakkerig mengsel dat een klein beetje klontjes begint te vormen.
- Verdeel dit mengsel gelijkmatig over het fruit.
- Bak de ontbijt crumble in 12 à 15 minuten op 180 graden.
- Laat de de crumble een paar minuten afkoelen voordat je hem serveert met wat kwark.

Eet smakelijk!

TIP: Je kunt voor deze ontbijt crumble prima variëren door ander fruit te gebruiken. Zo is dit ontbijtje in het najaar ook heerlijk met appels en peren, je kunt zelfs nog wat specerijen toevoegen voor extra smaak.