Ovseni mafini (bez brašna)



težina: **lako**

za: **5** osoba

vreme pripreme: **40** min

Sastojci

Za 5 mafina:

- **150 g**ovsenih pahuljica
- **2 kašike**kokosa
- **2 kašike**fruktoze
- **1/2 šolje (od 2 dl)**jogurta
- **1**jaje
- **po želji**suvo ili sveže voce (koristila sam suvo)

Priprema

Sastojke sjediniti mikserom. Na kraju u sjedinjenu smesu umešati suvo ili sveže voce. Smesu sipati u kalupe za mafine i posuti odozgo sa malo kokosa.

Peci u zagrejanoj rerni na 180 stepeni 30 minuta.

Mafin izvaen iz kalupa.

Savet

Mafini su predivni i odlini su za doruak uz šolju mleka ili belu kafu :)