

# Ontbijttaart met rood fruit



## Ingrediënten voor 1 taart:

- 300 g havermout (vlokken)
- 60 ml neutrale olie  
(vb arachide-, zonnebloemolie)
- 2 eetlepels honing
- 40 ml water
- 300 g skyr
- Of platte kaas
- 2-3 eetlepels zoet-stof naar keuze  
(vb Zùsto)
- 300 g rood (diepvries)fruit



## Bereidingswijze

- Verwarm de oven voor op 170°C.
- Maal de helft van de havervlokken fijn tot meel (vb met een keukenmachine).
- Doe dit meel samen met de overgebleven havervlokken, de olie, de honing, 1 eetlepel zoetstof en het water in een kom en kneed dit tot er een dik deeg ontstaat.
- Bedenk een (spring)taartvorm (van +/- 20cm doorsnede) met bakpapier en druk dit deeg uit over de bodem. Bedek de bodem volledig.
- Zet de taartbodem in de oven en bak deze gedurende 20-25 minuten. Laat hem nadien volledig afkoelen.
- Meng vervolgens de skyr (of platte kaas) met 1-2 eetlepels zoetstof. Graag minder zoet? Dan kan deze stap uiteraard ook overgeslaan worden.
- Doe het fruit samen met een scheutje water in een blender (of keukenrobot) en mix tot een gladde saus. Haal (eventueel) door een zeef.
- Verdeel het yoghurtmengsel over de afgekoelde havermoutbodem en werk af met de vruchtensaus.
- Eventueel kan de taart (naar smaak) afgetopt worden met bijvoorbeeld amandelschilfers, extra rood fruit of enkele noten.

## Bron

- geïnspireerd op een recept van [www.chickslovefood.nl](http://www.chickslovefood.nl)