

## **Sport reep (resept Op & Ut, sneon 19 jannewaris 2013)**

### **Nedich:**

**250 gr. bûter**

**225 gr. brune basterd sûker**

**350 gr. havermouth**

**2 ytleppels hunning**

**1 teeleppel kaniel**

**2 appels**

**50 gr. dadels**

**50 gr. figen**

**50 gr. droege cranberry's**

**50 gr. mingde nuten**

**25 gr. krinten**

**25 gr. rezinen**

### **Wurkwize:**

**Bûter, sûker, hunning rane en havermouth en kaniel derby dwaan en op in sêft fjoer 5 minuten koaitsje litte.**

**Appel skile en yn lytse partsjes snije. Eventueel fruchten snije, welle en hakke.**

**Fruit en nuten yn in panne dwaan, in lyts bytsje wetter tafoege en sêft wurde litte.**

**Laach havermouth bûter mingsel**

**Laach fruit**

**Laach havermouth bûter mingsel**

**30 minuten bakke yn in yn't foar ferwaarme oven fan 180 graden Celsius**

**In bytsje ôfkuolje litte, stoarte en yn repen snije. Fierder ôfkuolje litte. Apart ferpakt kinne se prima yn 'e friezer bewarre wurde.**