

PFLAUMEN-CRUMBLE MIT AMARULA UND PEKANNÜSSEN

ZUTATEN:

Zutaten für 4 Personen:

Für die Pflaumen:

1 kg Pflaumen

4 EL Ahornsirup

4 EL Amarula

Für den Crumble:

150 g Haferflocken

70 g Reismehl

½ TL Zimt

50 g brauner Zucker

30 g Pekannüsse

100 g Kokosöl

100 ml Amarula

ZUBEREITUNG:

Die Pflaumen waschen, entsteinen und vierteln. Mit dem Ahornsirup und 4 EL Amarula in einer großen Schüssel vermischen.

Den Ofen auf 200 °C (Ober- und Unterhitze) vorheizen.

In einer Rührschüssel die Haferflocken mit dem Reismehl, dem Zimt und dem braunen Zucker mischen. Die Pekannüsse hacken und untermischen. Dann das Kokosöl und den Amarula dazugeben und alles mit den Händen zu Streuseln verkneten.

Die Pflaumen auf vier kleine ofenfeste Auflaufförmchen aufteilen (ich habe Förmchen mit einem Durchmesser von 10 cm benutzt). Die Streusel darauf verteilen, so dass die Pflaumen bedeckt sind. Im vorgeheizten Ofen 20 - 25 Minuten backen bis die Streusel goldbraun und knusprig sind.

Vorsichtig herausnehmen und sofort servieren. Auf Wunsch noch mit Puderzucker bestreuen oder eine Kugel Vanilleeis und einen Schuss Amarula darauf geben.

[/dkpdf-columns]