

# Fruit Crumble Flapjacks

## INGREDIENTS (makes 12)

- 80g self raising flour
- 60g porridge oats
- 2 teaspoons caster sugar or sweetener
- 40g margarine
- ½ banana – peeled and sliced thinly
- 60g blueberries or other soft fruit



## EQUIPMENT

mixing bowl, weighing scales, dessertspoon, fork, teaspoon, muffin tin

## METHOD

1. Preheat the oven to 180°C (Gas Mark 4).
2. Place the flour, oats, margarine and sugar (or sweetener) in the bowl and rub the ingredients together until the mixture becomes crumbly.
3. Put half the crumble mixture into the muffin tins and press down firmly with your hand (or the back of a spoon).
4. Add a layer of banana and blueberries. Then sprinkle over the remaining crumble mixture and pat down to hide the fruit.
5. Bake in the oven for 20-25 minutes until golden brown. Leave to cool before removing from the tray. Serve the flapjacks with fresh fruit and yogurt.

## ALLERGY AWARENESS!

This recipe contains: Cereals containing gluten, Milk



# Fflapjacs Crymbl Ffrwythau

**CYNHWYSION** (yn gwneud 6)

80g o **flawd** hunau godi

60 o geirch **uwd**

2 llwy de siwgr caster neu melysydd

40g **margarîn**

½ banana - wedi'i phlicio a'i sleisio'n denau

60g o eirin glas neu ffrwythau meddal eraill



**OFFER**

powlen gymysgu, tafl, llwy pwdin,  
fforc, llwy de, tun myffin

## DULL

1. Cynheswch y popty i 180oC (Marc Nwy 4).
2. Rhwch y blawd, ceirch, margarîn a siwgr (neu felysydd) yn y bowlen a rhwbiwch y cynhwysion gyda'i gilydd nes bod y gymysgedd yn edrych fel briwsion.
3. Rhwch hanner y gymysgedd yn y tun myffin a gwasgwch i lawr yn gadarn â'ch llaw (neu gefn llwy).
4. Ychwanegwch haen o fanana a llus. Yna, ychwanegwch y gweddill o'r gymysgedd i guddio'r ffrwythau.
5. Pobwch yn y ffwrn am 20-25 munud nes ei fod yn frown euraid. Gadewch i oeri cyn symud o'r hambwrdd. Gweinwch y flapjacks gyda ffrwythau a iogwrt ffres.

## YMWYBYDDIAETH ALERGEDD!

Mae'r rysâit hon yn cynnwys: Grawnfwydydd sy'n cynnwys glwten, Llaeth

