



You need

for 16 flapjacks



240g porridge oats
240g de flocons d'avoine



180g brown sugar
180g de sucre roux



180g butter
180g de beurre



pinch of salt
une pincée de sel

Flapjacks

Barres énergétiques

Tu cherches un goûter pour faire le plein d'énergie ?
Teste ces barres de céréales. En Angleterre les enfants
les adorent. Yummy !



1 Melt the butter in a saucepan. Add the brown sugar, porridge oats and salt. Mix well.

Fais fondre le beurre dans une casserole. Ajoute le sucre roux, les flocons d'avoine et le sel. Mélange bien.



2 Put the mixture into a greased oven dish (30 x 20cm). Press down.

Mets le mélange dans un plat beurré. Appuie bien dessus.



3 Cook in the oven at 175°C for 30 minutes.

Fais cuire au four à 175°C pendant 30 minutes.



4 Cut into 16 slices, then leave to cool for 30 minutes. Yummy!

Découpe 16 parts, puis laisse-les refroidir au moins 30 minutes. Régale-toi ! Miam !