

# Ugnsbakade fikon

## UGNSBAKADE FIKON

Receptet är för 4 portioner

4 st                      färska fikon

Efter tycke & smak   honung

Efter tycke & smak   kanel

1 dl                      mandelflan

## HUSGERÅD

Kniv

Ugnsform

# Ugnsbakade fikon

## Ugnsbakade fikon

Så här gör du

- Sätt ugnen på 175 grader
- Dela fikonen på mitten och lägg i en ugnssäker form
- Ringla honung över fikonen och pudra över lite kanel
- Baka i ugnen i cirka 15 minuter
- Tag ut och låt dem svalna
- Rosta mandelflanen i en torr stekpanna

Servera fikonen med [vispad kokosgrädde](#) och de rostade mandelflanen.

Paleo så gott och så enkelt!

Jenny & Magnus

PS: vissa av ingredienserna är länkade till webbutiken [Bodystore.se \[shoppingcarticon\]](#)