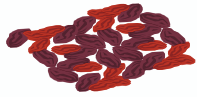


ဖီသပ် ခြံတောင်ရုံ Apple Cranberry Crisp

တၢ်ဖီတၢ်လံၤ တၢ်ပီးတၢ်လီလၢတၢ်ပၣ်ဖှိၣ်ယါယုၣ်ဝဲတဖၣ် Ingredients



ခြံတောင်ရုံအယု 2 အိၣ်စး



ကိၣ်ကမူၣ် ၆ တၢၤ



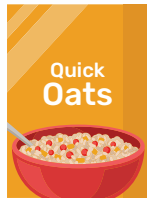
အံသၢ်ဆၢအယု 3 1/2 တၢၤ



သ့ၣ်ကခါဂုၤအဖံးကမူၣ် 1/2 တၢၤ



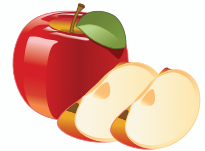
အံသ့ၣ်တစီၤ



ဘုက့ၣ် quick oats 3/4 ခွး



ထီတးကပုၣ် မုတမုၢ် တၢ်ဒီးတၢ်လၢၣ်အထီပး 4 တၢၤ



ဖီသပ်လၢတၢ်တၢ်က့ၢ်လီၤယၢၣ်ဘုဘုဖီ 1 1/2 ခွး



ဖီသပ်အထံ 1/4 ခွး



အံသၢ်ဆၢအဘျဲး 1 3/4 တၢၤ



ပနီက့ၣ်သၢ်အထံ 1 1/2 တၢၤ



သ့ၣ်ကခါဂုၤအဖံးကမူၣ် 1/8 တၢၤ

ဖၣ်ကပူၤတၢ်ပီးတၢ်လီတဖၣ် Kitchen Tools



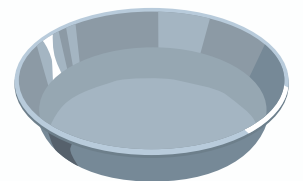
တၢ်ထီၣ်တၢ်ဒူးအခွးတဖၣ်ဒီး နီၣ်တၢၤတဖၣ်



ခွးအဖျၢၣ်လၢတၢ်ယါယုၣ်တၢ်အဂီၢ် ၂ ဘုၣ်



နီၣ်တၢၤလၢတၢ်ယါယုၣ်တၢ်အဂီၢ်

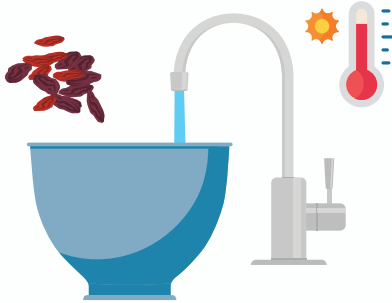


လီၤဒီးလၢတၢ်တၢ်ထၢန့ၣ်လၢ တၢ်မၤကီၢ်ထီၣ်တၢ် (အိၣ်ဘၢၣ်) အပူၤန့ၣ်

ဖီသပ် ခြံတောင်ရုံ Apple Cranberry Crisp

တၢ်တုဲအကျါအကျဲ Method

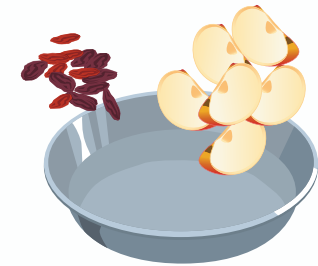
တဘဉ်သးပုၤနီၣ်လၢနကသုနစု တချးလၢနဝးထီၣ်ဖီအိၣ်တၢ်တုၤန့ၣ်တက့ၢ် ၊



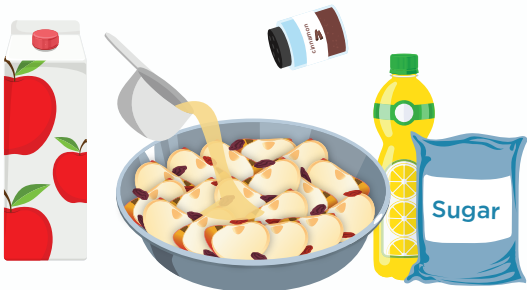
1 ပၤခြံတောင်ရုံလၢထံကီၢ်အပူၤဒီး ပၤဆိတၢ်လၢတၢ်ကပၤန့ၣ်တက့ၢ်.



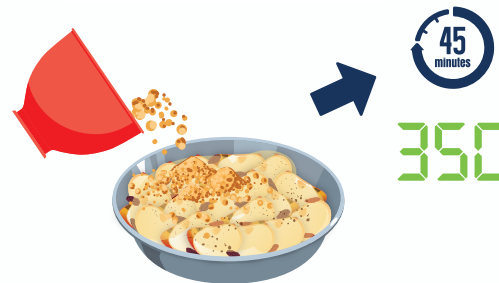
2 ပၤယုၣ်ကိၣ်ကမ့ၢ်, အံသၢ်ဆၢအယး, သ့ၣ်ကဒါဂၤအဖံးကမ့ၢ် 1/2 တၢၤ, ဘုက့ၣ်, ထီတးကပုၤ မ့တဖျါ တၢ်ဒီးတၢ်လၢအထီပး ဒီးအံသၢ်တဖၣ်. ပၤယုၣ်တုၤအလီၤကမ့ၢ်ဝဲဒီး, ပၤဆိတၢ်လၢတၢ်ကပၤန့ၣ်တက့ၢ်.



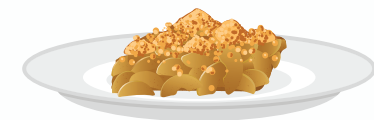
3 ပၤဖီသပ်လၢတၢ်တၢ်ကျိယံဝဲတူတူဖီတဖၣ်ဒီး ခြံတောင်ရုံအယု လၢလီၤခိလၢတၢ်တၢ်ထၢ, န့ၣ်လၢတၢ်မၤကီၢ်ထီၣ်တၢ်အပူၤန့ၣ် တက့ၢ်.



4 လုလီၤဖီသပ်အထံလၢ ဖီသပ်အဖီခိၣ်ဒီး ဖုံလီၤ သ့ၣ်ကဒါဂၤအဖံးကမ့ၢ် 1/8 တၢၤ, ပနီၣ်သ့ၣ်အထံ, ဒီး အံသၢ်ဆၢအဘျး လၢအဖီခိၣ်န့ၣ်တက့ၢ်.



5 ဖုံလီၤ ဘုက့ၣ်လၢအဖီခိၣ်ထဲသးသးဒီး ကျိတၢ်တၢ်ကီၢ် 350 degrees F ခိၣ်ကရံၣ် လၢအဖံးနံး ၃၅-၄၅ မံးနံး (တုၤအလွဲၤယး ထီၣ်န့ၣ်တက့ၢ်).



6 အိၣ်သကိးပွဲၤဒီးတၢ်သးဖုံ ၊