

Unser Rezept für eine gesunde Zwischenmahlzeit Porridge

Zutaten (für zwei Portionen)

- 4 EL HAFERFLOCKEN
- 250 ML MILCH
- 1 PRISE SALZ
- 1 EL ZUCKER

Zubereitung

1. HAFERFLOCKEN MIT MILCH UND SALZ AUFKOCHEN.
2. FÜNF MINUTEN KÖCHELN, VON DER HERDPLATTE NEHMEN UND ABGEDECKT WEITERE FÜNF MINUTEN ZIEHEN LASSEN.
3. MIT ZUCKER ABSCHMECKEN. FERTIG!



Tipp:

Porridge kann nach Belieben mit unterschiedlichen Toppings aufgepimpt werden. Je nach Geschmack können verschiedene Obstsorten, Nüsse, Kokosraspeln oder etwas Zimt zugegeben werden.