

Eulenspeise-Porridge

Rezept und Zubereitung



Wir
wünschen
gutes
Gelingen!

Rezept

- 1 Tasse Haferflocken
- 1 Glas Hafermilch (oder jede andere pflanzliche Milch)
- 1-2 Gläser Wasser
- 1 geriebener Apfel
- 1 EL gehobelte Mandeln
- 1 EL Haselnüsse
- 2 kleingeschnittene Datteln
- Prise Zimt

Zubereitung

1. Die Haferflocken in eine Pfanne geben und trocken anrösten, bis die Haferflocken zu duften beginnen. Zimt hinzugeben und mit einer pflanzlichen Milch und Wasser aufgießen.
2. Den geriebenen Apfel, die Datteln und Nüsse dazugeben.
3. Nachdem es einmal aufgekocht ist auf kleinster Stufe zurückdrehen und ein paar Minuten köcheln lassen.

In Kooperation mit:



LAND KÄRNTEN

