

Porridge



Zutaten

- 1 Tasse Getreideflocken
- 2 Tassen Wasser
- 1/2 Tasse gehackte Nüsse
- Rosinen
- etwas Kokosblütenzucker
- eine Prise Salz
- Kardamom
- Zimt
- Vanille gemahlen

Zubereitung

1. Die Getreideflocken mit Wasser, Nüssen, Salz und den Gewürzen aufkochen lassen und ca. 25min auf kleinster Stufe dahinköcheln lassen.
2. Öfters umrühren und kontrollieren, dass es nicht anbrennt
3. wenn die Flüssigkeit ganz aufgesogen ist in einer Schüssel anrichten und mit frischem Obst, etwas Schafjoghurt oder mein persönliches Highlight mit Zwetschkenröster servieren.

*Guten Morgen und Mahlzeit
auch für Spät-Frühstücker*

lässt sich auch gut als Jause mit in die Arbeit nehmen: einfach in ein Schraubglas schichten und am Abend in den Kühlschrank stellen. Am nächsten Tag mitnehmen und zimmerwarm genießen - auch für alle später-Frühstücker