



Dauer: Schnell
Kategorie: Jausenrezepte
Saison: Ganzjährig
Für: 1 Personen
Verfasst von: Renate Zitz

Zutaten

1	Apfel
100 ML	Wasser
1 TL	Rosinen
1 TL	Honig
1 EL	Haferflocken

Zubereitung

1. Die Äpfel schälen, entkernen und in mundgerechte Stücke schneiden.

- 2. Die Apfelwürfel mit Rosinen im Wasser ein paar Minuten dünsten.
- 3. Dann die Haferflocken dazu geben und noch ca. eine weitere Minute kochen.
- 4. Etwas überkühlen lassen, mit Honig abschmecken und: "Kinder, die Jause ist fertig!"