



Dauer: Mittel
.....

Kategorie: Frühstück Jausenrezepte
.....

Saison: Ganzjährig
.....

Für: Keine Angaben
.....

Verfasst von: Martina Höfelmaier
.....

Zutaten

-
- | | |
|------|-------------------------|
| 35 G | Haferflocken, feinblatt |
|------|-------------------------|
-
- | | |
|--------------------|--------|
| CA. 200-
250 ML | Wasser |
|--------------------|--------|
-
- | | |
|---------|------|
| 1 PRISE | Salz |
|---------|------|
-
- | | |
|--|----------------|
| | Zimt, Cardamom |
|--|----------------|
-
- | | |
|-----------------|----------------|
| NACH
BELIEBE | gehackte Nüsse |
|-----------------|----------------|
-
- | | |
|--|-----------------|
| | Obst der Saison |
|--|-----------------|
-

Zubereitung

1. Haferflocken in einer beschichteten Pfanne bei mittlerer Hitze rösten, bis die Haferflocken zu duften beginnen.
2. Mit Wasser aufgießen, einige Minuten dünsten.
3. Zu einer cremigen Konsistenz einkochen.
4. Den warmen Porridge mit Obst der Saison genießen.
5. Mit Cardamom und Zimt bestreuen, dazu noch ein paar gehackte Nüsse.

Besonders gut schmeckt der Porridge mit Apfelmus, dies kann mit Ingwer und Zitrone gewürzt werden.