



**Dauer:** Schnell

**Kategorie:** Isst-Gut-Rezept Hauptspeisen

Vegetarisch

**Saison:** Ganzjährig

**Für:** 1 Personen

**Verfasst von:** Marion Riepler

## Zutaten

70 G Haferflocken

200 ML Gemüsebrühe

1 Karotte

1 kleines Stück Sellerie

1 kleines Stück Lauch

2 EL geriebener Bergkäse

Petersilie

Salz

.....

Pfeffer

.....

## Zubereitung

1. Alle Zutaten in einen Topf geben und bis zur beliebigen Konsistenz einkochen - umrühren dabei nicht vergessen!

Bei Bedarf noch Flüssigkeit hinzufügen.

2. Das Gemüse kann beliebig je nach Saison ausgetauscht werden.

Tipp: Der pikante Porridge schmeckt auch als kalte Variante und ist ideal als Meal-Prep geeignet.