

APPLE PIE PORRIDGE

Liebe im Glas

ZUTATEN

100 g b*Haferflocken
2 EL b*Cashewbruch
1 EL b*Walnussbruch
1 EL b*Weinbeeren
2 EL b*Ahornsirup
400 ml Milch 1,5%
1/2 TL Zimt
1 Prise Salz
1 Apfel
1 TL Vanillepaste

... SO GEHT'S

1. Haferflocken, Milch, Vanillepaste, Ahornsirup und Cashewbruch in einem Topf verrühren und bei
2. mittlerer Hitze unter gelegentlichem Rühren zu einem cremigen Porridge kochen.
3. Apfel entkernen, in kleine Würfel schneiden und in einer Pfanne mit einem Schuss Wasser, den Rosinen, einer Prise Salz und dem Zimt vermengen. Bei mittlerer Hitze köcheln lassen, bis die Apfelwürfel schön weich sind. Dann den Walnussbruch hinzugeben.
4. Das fertige Porridge warm mit der heißen Apfelmasse servieren und genießen.



GUTES GELINGEN UND GUTEN APPETIT