

Zhravo HIT Rúžová ovsená kaša



1 koláč



Príprava: 10'
Pečenie: 15'



Ľahká

Potrebuje

Koláč:

- 10 pl ryžových vločiek
- 1 pl mandľového masla (príp.kvalitné živočíšne maslo)
- 1 pl javorového sirupu
- 2 pl strúhaného bio kokosu (pozor na dusičnany, najmä pre histaminikov)
- drvené ľanové semiačka
- konopné semiačka
- granátové jablko

Postup

Ryžové vločky zalejeme vodou až po vrch a dáme varit'. Po chvíli pridáme maslo a priviedieme k varu. Nalejeme do misky, polejeme javorovým sirupom, primiešame semiačka, kokos a ozdobíme granátovým jablkom.

Dúfame, že vám zachutí.

Dobrú chut'! :)

