

## Owsianka śniadaniowa



### SMACZNAPYZA



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
15 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
1 - 2

### SKŁADNIKI

|                                   |       |
|-----------------------------------|-------|
| szkl. mleka                       | 2     |
| łyżek płatków owsianych zwykłych  | 8-10  |
| moreli suszonych                  | kilka |
| garść suszonej żurawiny           | 1     |
| garść dużych, złotych rodzynek    | 1     |
| garść łuskanych orzechów włoskich | 1     |

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Morele pokroić w paseczki, żurawinę, rodzyнки i orzechy posiekać, ale niezbyt drobno. Mleko wlać do rondelka, wsypać płatki i gotować mieszając ok. 2-3 min. licząc od zagotowania mleka. Ja lubię płatki nierozgotowane, ale jeśli ktoś woli bardziej rozklejone to musi pogotować nieco dłużej. Owsiankę przelewamy do miseczek i posypujemy obficie przygotowanymi owocami i orzechami. Dobór dodatków to bardzo indywidualna sprawa, można dodać więcej innych orzechów, suszone jabłka, rodzyńki...co tylko chcecie. Suszone owoce są wystarczająco słodkie więc owsianki nie dosładzałam. Polecam takie śniadanie na początek dnia!