



Frühstück PW (Zusatz: Porridge)_neu von marta ostertag

Mengen für 11 Personen

Gewürze: Zimt

330 g Haferflocken	feine Haferflocken mit Wasser anfeuchten
9.9 dl Milch	zu den Haferflocken geben und langsam aufheizen bis es leicht köchelt
2.2 Prise Salz	
5.5 g Zimt	Zimt-Zucker dazustellen, wer will kann begeben

Milchwasser, Salz und Haferflocken in einer Pfanne aufkochen, unter gelegentlichem Rühren bei kleiner Hitze ca. 5 Min. köcheln. Banane längs halbieren, mit dem Honig in einer beschichteten Bratpfanne beidseitig anbraten. Pekannüsse ohne Fett rösten. Porridge in Bowls anrichten, Banane, Jogurt und Pekannüsse darauf verteilen