



Frühstück PW (Zusatz: Porridge)_neu von marta ostertag

Mengen für 12 Personen

Gewürze: Zimt

360 g Haferflocken	feine Haferflocken mit Wasser anfeuchten
1.08 Liter Milch	zu den Haferflocken geben und langsam aufheizen bis es leicht köchelt
2.4 Prise Salz	
6.0 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