

Ovesné vločky na sladko

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 1

- Ovesné vločky 1 hrst
- Vejce 2 ks
- Vlašské ořechy 1 ks
- Skořice - mletá 1 ks
- Med 1 ks
- Extra panenský olivový olej 1 ks

Doba přípravy: 15 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Pečení

Země: Česká republika

Počet porcí: 1

Postup:

Hrst vloček necháme odmočit ve vodě nebo v mléce, pokud máme drcené stačí chvilka.

Poté je scedíme a přidáme do nich vajíčka a nadrcené vlašské ořechy, vše rozmýcháme a vylijeme na pánev.

Hotovou placku poprášíme skořicí a polijeme medem podle chuti. Je to výborná zdravá snídaně :)