

Vločky nasladko

Kategorie: [Pokrmy](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 1

- Ovesné vločky 5 lžíce
- Voda 250 ml
- Mléko 5 lžíce
- Jablka 3 ks
- Kokos 2 lžíce
- Citronová šťáva 0 ks
- Med 2 lžíce

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 1

Postup:

Vločky si necháme přes noc namočené ve vodě. Druhý den přidáme mléko, hrubě strouhaná jablka, kokos nebo ořechy, nebo obojí, citronovou šťávu a med a lehce promícháme. Je to výborná zdravá snídane.