



Zlatá tekvicovo-jablková kaša

⌚ 15—20 Min 

Príprava

- 1 Nastrúhajte jablko najemno, potom vidličkou popučte banán na kašu a dobre vmiešajte do tekvicového pyrú, mlieka a kaše v mise. Teraz pridajte zmes Zlatého mlieka a škoricu a ešte raz dôkladne premiešajte.
- 2 Všetko pridajte do hrnca a prived'te do varu. Nechajte na miernom ohni povariť približne 4 minúty.
- 3 Kašu naberte do misiek a na vrch položte kúsky z druhého jablka, orechy a podrvené kakaové bôby. Oslad'te trochou medu.

Ingrediencie 2 Porcie

♦ = Kotányi Produkty

50 g	Tekvica (napr. Hokkaido alebo maslová), pyrú
100 g	Kaša alebo ovsené vločky
200 ml	Mlieko alebo rastlinné mlieko
2 kus	Jablká
1 kus	Banán
1 PL	Tekutý med
2 PL	Podrvené kakaové bôby
2 PL	Vlašské orechy
2 PL	Plátky mandlí
1 PL	♦ Kurkuma mletá
1 štipka	♦ Škorica mletá

