

Czekoladowy deser jaglany



Składniki

2 łyżka - Ugotowana
kasza jaglana
1 szt. - avocado
2 łyżka - kakao
100 ml - sok ze świeżej
pomarańczy
2 łyżeczka - miód lipowy

Opis wykonania

Zdrowy i pyszny deser, to jest to co tygryski lubią najbardziej :-)
Nikt nie wierzył, że w deserze może być ukryta kasza jaglana i
avocado. Zaskakuje.

Umyć dokładnie pomarańczę, wycisnąć sok, a skórkę dokładnie
nożem oczyścić z białej części i pokroić w paseczki. Zmiksować
blenderem kaszę jaglaną z avocado. Dodać kakao, miód i sok z
pomarańczy. Przełożyć do naczynek, posypać skórką
pomarańczową. Udekorować ewentualnie plasterkami pomarańczy.