

Jaglanka z jogurtem, musem jabłkowym i karmelizowanymi jabłkami



Składniki

Opis wykonania

Kasza
kubka kaszy jaglanej
szczypta cynamonu*
szczypta imbiru, tartego
suszonego*
100 ml - jogurtu
(mleka/mleka roślinnego)
przecier owocowy (np.
jabłkowy)
Karmelizowane jabłka
jabłko
1 łyżka - masła
2 łyżeczka - cukru
brązowego

Kasza jaglana podawana z jogurtem, karmelizowanymi jabłkami i musem jabłkowym.

Kasza jaglana:

Odmierzoną kaszę jaglaną przekładamy na sitko, przelewamy zimną wodą. Następnie przekładamy do garnka, zalewamy 250 ml zimnej wody (zasada stała przy gotowaniu kaszy jaglanej to proporcje 1:2 - jedna porcja kaszy na dwie porcje wody).

Na dużym gazie doprowadzamy kaszę do zagotowania, po czym zmniejszamy gaz na minimum i gotujemy do wygotowania wody, zazwyczaj ok. 10 minut.

Pod koniec gotowania dodajemy cynamon i imbir.

Po wyłączeniu gazu pozostawiamy kaszę pod przykryciem na kilka minut, aby „doszła” i była sypka.

Karmelizowane jabłka:

Jabłka przekrajamy na pół, usuwamy gniazda, kroimy je w cienkie plastry.

Na ciepłej patelni rozpuszczamy masło, układamy plastry jabłka i smażymy je z każdej strony (jabłka smażymy na średnim ogniu, nie chcemy spalić masła), posypujemy cukrem i chwilę czekamy, aż cukier zacznie się karmelizować.

W karmelu smażymy jabłka z obu stron.

Podanie:

Do miseczek nakładamy kaszę jaglaną, polewamy jogurtem (mlekiem lub mlekiem roślinnym), przecierem owocowym, dekorujemy karmelizowanymi jabłkami i świeżą miętą.

* cynamon i suszony imbir nadają jaglance bardziej wyrazistego smaku. Jeśli nie lubisz tych przypraw możesz użyć innych lub