

Letnia owsianka typu overnight



Składniki

płatki owsiane
mleko lub dowolne
mleko roślinne (vegan)
miód, syrop klonowy
(vegan) lub inny ulubiony
słodzik
garść ulubionych
orzechów i bakalii
owoce sezonowe - tu
truskawki

Opis wykonania

Owsianka to powszechnie znane, perfekcyjne danie śniadaniowe - smaczne, zdrowe i sycące, w sam raz na udany poranek!

Płatki owsiane mieszamy z orzechami / bakaliami i zalewamy mlekiem lub dowolnym mlekiem roślinnym - tak, by płyn przykrył płatki. Naczynie przykrywamy i odstawiamy na noc do lodówki, by płatki nabrały kremowej konsystencji. (Jeśli nie mamy na to czasu lub zapomnieliśmy przygotować płatki, możemy namoczyć je w odrobinie wrzątku, dopiero potem dodać mleko) Do przygotowanych w ten sposób płatków dodajemy słodzik i dekorujemy ulubionymi owocami sezonowymi.