Ovseno ražena kaša



težina: **lako**

za: **1** osoba

vreme pripreme: **10** min

Sastojci

Potrebno je:

- **2 kašike**ovsenih pahuljica
- **1 kašika**raženih pahuljica
- **2**urme
- **1 kašicica**mlevenog lanenog semena
- **1 kašicica**mlevenih oraha
- **10 zrna**suvog groža
- **100 ml**jogurta
- **150 ml**vode

Priprema

Ovsene i ražene pahuljice staviti u šerpicu, dodati vodu i na umerenoj temperaturi kuvati da pahuljice omekšaju i voda uvri. Skloniti sa ringle, dodati urme (možete ih sitno iseci), mešati.

Umešati i mlevene orahe i mleveno laneno seme. Sipati u ciniju, staviti suvo grože.

Kad se malo prohladi, sipati jogurt. Prijatno!

Savet

Ukusan i zdrav doruak. Može za decu ve od 12+