





Kaszka orkiszowa z owocami

 Melisa

Polecane na: [śniadanie](#)

Warto wiedzieć:

 15 min

 2 porcje

Składniki:

kaszką orkiszową pełnoziarnistą
Biominki - 6 łyżka

napój jaglany bezglutenowy - 2
szklanka

truskawki - 250 g

cukier kokosowy lub miód do
posłodzenia - 2 łyżeczka

borówki amerykańskie - 2 garść

Dodatkowe info:

Do dania możemy również użyć innych owoców a także mrożonych. Po lekkim rozmrożeniu miksujemy truskawki, dodajemy słodki dodatek i miksujemy ponownie. Podajemy z gorącą kaszką.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Do garnuszka wlewamy napój i wsypujemy kaszkę. Doprowadzamy do wrzenia i gotujemy jeszcze 2 minuty na małym ogniu. Jeśli chcemy, aby kaszka była gęstsza możemy dodać o 1 lub 2 łyżki więcej kaszki.

KROK 2: Truskawki posypujemy cukrem lub polewamy miodem rozgniatamy widelcem lub chwilę miksujemy. Wykładamy je na spód pojemnika lub kubeczka. Wykładamy połowę kaszki, a na wierzch wykładamy owoce. Np. przekrojone na pół borówki lub plasterki bananów.