Cytrusowy mus owsiany

foodmania

Polecane na: **desery, śniadanie**

Warto wiedzieć:

35 min | łatwy | 1 porcja

Składniki:

- płatki owsiane - 5 łyżka
- grejpfrut - 1/2 szt.
- mandarynki - 2 szt.
- banan - 1/2 szt.
- stevia - 1 łyżeczka

Dodatkowe info:

Szybki cytrusowy mus owsiany pełny witaminy C! :)

Sposób przygotowania:

KROK 1: Płatki owsiane zalać wrzątkiem, poczekać aż napęcznieją, po czym gotować przez 3 minuty z dodatkiem stevi.

KROK 2: Gotowe płatki zblendować z bananem i mandarynkami.

KROK 3: Do całości dodać kawałki grejpfruta i wymieszać.