Czekoladowa owsianka - zdrowa i kremowa :)

Zdrowie na języku

Polecane na: **śniadanie**

Warto wiedzieć:

15 min | łatwy | 1 porcja

Składniki:

- płatki owsiane - 40 g
- mleko sojowe - 150 g
- mleczko kokosowe - 50 ml
- stewia w płynie - kilka kropel
- czekolada gorzka - 2 kostka
- sól himalajska - szczypta
- dodatki: banan, wiórki kokosowe, nasiona chia - trochę

Sposób przygotowania:

KROK 1: Do rondelka wlej mleko sojowe i mleczko kokosowe, dodaj płatki owsiane, zamieszaj. Od momentu zagotowania gotuj ok. 7 minut, od czasu do czasu mieszając.

KROK 2: Kiedy owsianka nabierze już gęstszej konsystencji, dodaj sól, stewię oraz czekoladę. Mieszaj do momentu rozpuszczenia się czekolady, a następnie trzymaj jeszcze na ogniu przez parę minut, często mieszając.
Gotową przełóż do miseczki i udekoruj dodatkami.