Jogurtowa kasza jaglana :)

Zdrowie na języku

Polecane na: **śniadanie**

Warto wiedzieć:

30 min | łatwy | 1 porcja

Składniki:

- kasza jaglana - 50 g
- mleko - 200 g
- jogurt naturalny - 2-3 łyżka
- stewia/ksylitol - do smaku
- banan - 1/2 szt.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Zagotuj mleko, dodaj kaszę i słodzidło. Gotuj do momentu wchłonięcia płynu.

KROK 2: Przełóż do miseczki i odstaw na chwilkę, aby lekko ostygła.

KROK 3: Dodaj jogurt, wymieszaj i wkrój banana :)