Kokosowa owsianka z siemieniem lnianym :)

Zdrowie na języku

Polecane na: **śniadanie**

Warto wiedzieć:

25 min | łatwy | 1 porcja

Składniki:

- Mleko - 200 ml
- Płatki owsiane - 50 g
- Miód - 1 łyżeczka
- Olej kokosowy - 1 łyżeczka
- Siemię lniane - 1 łyżeczka
- Płatki kokosowe - 1 łyżeczka

Dodatkowe info:

Pożywne, kokosowe śniadanko w sam raz na jesienne, zimne poranki :)

Sposób przygotowania:

KROK 1: Mleko doprowadzamy do wrzenia i dodajemy do niego płatki. Ogień zmniejszamy, gotujemy powoli, co chwilę mieszając.

KROK 2: Kiedy płatki wsiąkną większą część mleka i będą miękkie dodajemy miód, olej kokosowy i siemię lniane. Mieszamy. Przed podaniem posypujemy jeszcze ziarenkami siemienia lnianego i płatkami kokosu :)