Makowa jaglanka

healthy-dreams

Polecane na: **desery, śniadanie**

Kuchnia (region): **arabska**

Warto wiedzieć:

20 min

łatwy

1 porcja

Składniki:

- kasza jaglana - 4 łyżka
- mak - 2 łyżka
- suszone figi - 2 kilka
- suszone daktyle - 2 kilka
- rodzynki - 1 łyżka
- płatki migdałowe - 1 garść
- liofilizowane owoce lub proszek - 1 łyżka
- mleko sojowe - 1 szklanka

Sposób przygotowania:

KROK 1: Figi i daktyle kroimy na mniejsze kawałeczki.
Kaszę jaglaną płuczemy (3 razy), następnie gotujemy w mleku razem z makiem i suszonymi owocami (ok 15 min).
Dodajemy płatki migdałowe, po czym kutię przekładamy do miseczki i dekorujemy wg uznania.