Orkiszówka śniadaniowa :)

Zdrowie na języku

Polecane na: **śniadanie**

Warto wiedzieć:

20 min | łatwy | 1 porcja

Składniki:

- płatki orkiszowe - 40 g
- mleko - 250 g
- stewia - do smaku
- banan - trochę
- borówki - trochę
- truskawki - trochę
- siemię lniane mielone - 1 łyżeczka

Sposób przygotowania:

KROK 1: Płatki orkiszowe zalej odrobiną wrzątku, aby zmiękły.

KROK 2: Zagotuj mleko, dodaj stewię oraz namoczone płatki. Gotuj ok. 5 minut.

KROK 3: Podawaj z owocami i siemieniem lnianym :)