



Owsianka bez gotowania z wisniami

 dorotaR

Polecane na: [śniadanie](#)

Kuchnia (region): [arabska](#), [polska](#)

Warto wiedzieć:

 0 min

 łatwy

 1 porcja

Składniki:

płatki owsiane - 3 łyżka

jogurt - 150 ml

płatki sojowe - 2 łyżka

wisnie - 1 garść

płatki migdałowe - 1 łyżka

Sposób przygotowania:

KROK 1: Do miseczki lub kubka wsypujemy surowe płatki owsiane górskie, płatki sojowe oraz płatki migdałowe. Płatki zalewamy jogurtem naturalnym i wszystko dokładnie mieszamy. Tak przygotowane płatki zostawiamy na 1-2 godziny, choć najłatwiej na całą noc by zmiękły. Kiedy płatki będą miękkie przekładamy je do miseczki i dodajemy do nich umyte wiśnie lub inne ulubione dodatki.