




Płatki jęczmienne z miodem i cynamonem

 Renixx

Polecane na: [śniadanie](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

Warto wiedzieć:

 10 min

 1 porcja

Składniki:

płatki jęczmienne - 5 łyżka
mleko migdałowe - 1 szklanka
miód - 1 łyżeczka
sól - - szczypta

cynamon mielony - 1 łyżeczka
dodatki: -
truskawki, banan, mięta
truskawkowa -

Dodatkowe info:

Płatki jęczmienne można ugotować na zwykłym mleku lub pół na pół z wodą.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Do garnka wlać szklankę mleka, dodać szczyptę soli, zagotować. Wsypać płatki, zmniejszyć ogień i gotować około 5-7 minut, często mieszając. Zdjąć z ognia, dodać pół łyżeczki cynamonu, miód, wymieszać. Przełożyć do miseczki, ozdobić owocami, oprószyć resztą cynamonu, podawać.