



Truskawkowo-bananowy deser jaglany

 Katarzyna Kachel

Polecane na: [desery](#), [przystawki i przekąski](#)

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

Warto wiedzieć:

 25 min

 łatwy

 1 porcja

Składniki:

Kasza jaglana - 100 g

Mleko (roślinne lub krowie) - 1
szklanka

Mały banan - 1 szt.

Truskawki (świeże lub mrożone) -
200 g

Świeże daktyle - 2 szt.

Jagody goji - 1 garść

Płatki migdałowe - 1 garść

Sposób przygotowania:

KROK 1: Suchą kaszę jaglaną zmielić w młynku do kawy na drobną mąkę. Wsypać ją do rondelka i gotować na mleku, mieszając od czasu do czasu, tak aby cały płyn został wchłonięty (ok.10min).

KROK 2: Truskawki z bananem i daktylami zmiksować blenderem (część zmiksować na gładki krem a drugą część pozostawić z małymi kawałkami owoców), po czym wymieszać ją z ostudzoną kaszką jaglaną.

KROK 3: Deser przełożyć do pucharka na lody, a wierzch udekorować migdałami i jagodami goji. Pucharek można pozostawić przez 2 godz w lodówce by deser bardziej stężał.