





Wspomnienie lata...

 25san08

Polecane na: [śniadanie](#)

Warto wiedzieć:

 10 min

 łatwy

 1 porcja

Składniki:

płatki owsiane bezglutenowe,
najlepiej ekologiczne - 4 łyżka
mleko roślinne-ryżowe, sojowe,
migdałowe itp. - 100 ml
truskawki świeże ekologiczne lub
mrożone - 300 g

odrobina esencji waniliowej,
naturalnego cukru waniliowego-
opcjonalnie - do smaku
sól - 1 szczypta

Dodatkowe info:

Szybkie, zdrowe, ekologiczne śniadanie.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Gotujemy płatki w dowolnym mleku roślinnym ze szczyptą soli. W miseczce blendujemy truskawki z wanilią (opcjonalnie). Do owoców dodajemy ugotowane płatki i zajadamy ze smakiem.