



Brei für die Großen

Zutaten für 1 Portion:

- 20 g Porridge-Grundmasse
- 150 ml Milch eurer Wahl
meine Favoriten: Kuh-,
Mandel-, Kokosmilch, oder
die Kokos-Schoko-Milch von
Alpro)
- 1-2 Feigen
- Beeren bzw. Früchte der
Saison oder TK-Beeren
- gehackte Nüsse

Zubereitung:

1. Feigen waschen, die Enden
oben und unten abschneiden
2. Feigen in dünne Scheiben oder
Würfel schneiden
3. Beeren bzw. Früchte eurer
Wahl waschen und gegebenen-
falls in kleine Stücke schneiden
4. Milch-Hafer-Mischung in einen
kleinen Topf geben und kurz
aufkochen lassen
5. die Feigen, Früchte und
gehackten Nüsse unter die
Mischung heben

Wie viel Zeit brauche ich? 🕒

Schwierigkeit: 1