

KASZA JAGLANA Z JABŁKAMI I CYNAMONEM

Poziom trudności: łatwe

Czas wykonania: ok. 20 min

Porcje: 4

SKŁADNIKI:

- Szklanka kaszy jaglanej
- 500 ml mleka roślinnego (np. ryżowego, sojowego, kokosowego)
- 2 duże jabłka
- 1 duży dojrzały banan
- Cynamon mielony

Opcjonalnie:

- Bakalie do dekoracji: rodzynki, żurawina, orzechy (włoskie, nerkowca)

Aby kasza nie była gorzka należy za pomocą sitka przepłukać ją trzy razy gorącą wodą (skraca to też czas gotowania). Jabłka obrać i zetrzeć na tarce o dużych oczkach. Mleko zagotować w średnim garnku, dodać kaszę i pokrojonego w drobne plasterki banana. Zmniejszyć ogień i gotować całość ok 10 min, często mieszając. Dodać starte jabłka i 3 łyżki cynamonu, gotować jeszcze kilka minut aż kasza spęcznieje i będzie miękka.

Przełożyć do miseczki, posypać dodatkowo cynamonem i udekorować bakaliami według własnego uznania. Smacznego!