



Stop madspild

Ingredienser

3/4 dl grovvalsede havregryn
2 tørrede abrikoser
1 spsk. rosiner
1/2 tsk. kanel
1/4 tsk. kardemomme
2 dl vand
3/4 dl kogt rød quinoa, rest
1 groftrevet gulerod
1 lille nip salt

Topping:

10 hasselnødder
1 tsk. revet gulerod
Ahornsirup

Variationer

Brug et æble i stedet for guleroden.

Beskrivelse

Skær abrikoserne i strimler. Riv guleroden groft. Hak nødderne groft.

Kog havregryn med abrikoser, rosiner, kanel, kardemomme og vand under omrøring i et par minutter. Rør quinoaen i og varm den op. Kom revet gulerod i og smag til med salt, kardemomme og kanel.

Kom grøden i en dyb tallerken. Drys hakkede nødder over og pynt med lidt revet gulerod.

Dryp ahornsirup over.