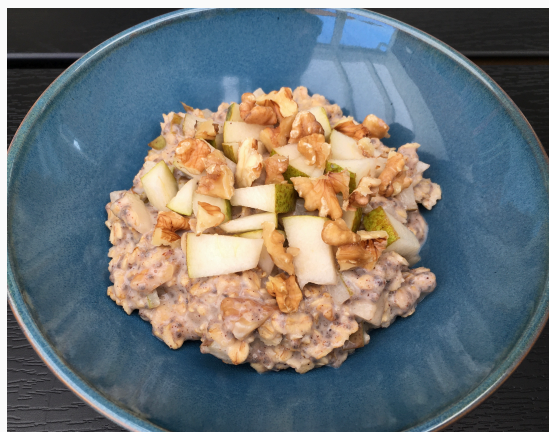


Krydret havregrød med pære

1 pers.

Mors Mad

mad.winther.nu



Beskrivelse

Kom havregryn, mælk, chiafrø, ingefær, kanel og salt i en lille kasserolle.

Skær den halve pære i små tern. Hak valnødder mellemfint. Kom pære og valnødder i kasserollen. Kog grøden nogle minutter til den bliver tyk. Smag til.

Hæld grøden i en skål eller dyb tallerken. Skær den kvarte pære i tern og hak lidt valnødder groft. Kom pære og valnødder på grøden.

Ingredienser

1 dl grovvalsedede havregryn

2 dl mælk

1 spsk. chiafrø

1/2 tsk. stødt ingefær

1/2 tsk. stødt kanel

1 lille nip salt

1/2 pære

1 lille håndfuld valnødder

Topping:

1/4 pære

Lidt valnødder