

Chiagrød med druer og vandmelon

1 pers.

Mors Mad

mad.winther.nu



Beskrivelse

Dag 1:

Rør havregryn, chiafrø, kefir, vanillepulver, honning og salt sammen i en bøtte med låg. Sæt det i køleskabet natten over.

Dag 2:

Rør grøden igennem. Skær vandmelon og vindruer i tern og kom dem på grøden.

Ingredienser

- 1 dl havregryn
- 1 spsk. chiafrø
- 2 1/4 dl kefir
- 1/2 tsk. vanillepulver
- 1 tsk. akaciehonning
- 1 nip salt

Topping:

- 1 håndfuld vandmelon i tern
- 1 håndfuld grønne vindruer i tern