



### Beskrivelse

Dag 1:

Kom peanutbutter og brun farin i en skål med tilhørende låg. Rør farin og peanutbutter sammen. Tilsæt havregryn og yoghurt og rør godt. Kom mælk og chiafrø i og rør til chiafrøene er fordelt i grøden.

Sæt låg på skålen og sæt den på køl natten over.

Dag 2:

Hak mandlerne fint. Rør grøden igennem.

Pynt med bananskiver, kirsebærsauce og finthakkede mandler.

### Ingredienser

1 spsk. peanutbutter  
1 tsk. brun farin  
1/2 dl havregryn  
1 dl yoghurt naturel  
1 dl mælk  
2 spsk. chiafrø

Topping:

1/2 banan  
1/2 dl kirsebærsauce  
2 mandler