



Ingredienser

1/2 dl knækkede rugkerner
2-3 dl vand
1 nip salt
1 spsk. hakkede tørrede abrikoser
1 spsk. hakkede svesker
1 spsk. frosne blåbær

Topping:

1/2 appelsin
Akaciehonning

Beskrivelse

Dag 1:

Bland rugkerner og 2 dl vand i en gryde og lad det stå natten over.

Dag 2:

Rør rundt i gryden og bring grøden i kog. Lad den simre i 20 minutter. Tilsæt evt. mere vand undervejs - grøden skal være cremet. Smag til med salt.

Hak abrikoser og svesker og lad dem koge med i 2 minutter. Vend de frosne blåbær i og varm dem op.

Hæld grøden i en skål. Skær appelsinen i tern og kom dem på grøden. Kom lidt honning på.