

Havregrød med sød kartoffel

1 pers.

Mors Mad

mad.winther.nu



Ingredienser

70 g sød kartoffel
1 dl havregryn
1 tsk. hørfrø
1 tsk. chiafrø
1/4 tsk. kanel
1/8 tsk. kardemomme
1 tsk. akaciehonning
1 lille nip salt
1 dl vand
1 dl mandelmælk

Topping:

1 håndfuld blåbær
1 spsk. peanutbutter
1 spsk. kokosmel

Beskrivelse

Skær sød kartoffel i små tern. Kog dem i vand i en gryde, til de er helt møre (ca. 5 minutter). Dræn de møre kartofler og mos dem med en gaffel.

Kom alle ingredienserne i en gryde og bring dem i kog. Lad det koge nogle minutter under omrøring, til det har en passende konsistens.

Server havregrøden med blåbær, peanutbutter og kokosmel på toppen.