

Sød kartoffel- og quinoaflagegrød

1 pers.

Mors Mad

mad.winther.nu



Ingredienser

200 g sød kartoffel, skrællet
2,5 dl vand
40 g quinoaflager
1 tsk. ahornsirup
1 tsk. kokosolie
1 tsk. krydderiblanding til grød
1 lille drys salt

Topping:

1/2 rødt æble
1 spsk. græskarkerner

Beskrivelse

Skræl sød kartoffel og skær den i tynde skiver. Kom dem i en lille gryde sammen med vand. Lad det koge under låg i 8-10 minutter, indtil kartoffelskiverne er helt møre.

Tag gryden af varmen og blend kartofler og væske med en stavblender.

Rør quinoaflager og salt i grøden.

Sæt gryden tilbage på komfuret ved medium varme. Lad det simre under konstant omrøring i 2 minutter, indtil grøden er tyk og cremet.

Tag gryden af varmen og tilsæt ahornsirup, kokosolie og krydderi. Hæld den varme grød i en lille skål.

Skær æble i små tern. Top grøden med æble og græskarkerner.