



Schwarzwälder Porridge

Ergibt: 1 Portion

Zutaten:

30 g Haferflocken

100 ml Mandeldrink, ungesüßt

50 ml Wasser

1 Prise Salz

1 TL Kakaopulver

½ TL Zimt

1 TL Ahornsirup

30 g Sauerkirschen, ohne Zucker eingekocht

1 TL Raspelschokolade, zartbitter

Zubereitung:

1. Die Haferflocken mit der Mandelmilch und dem Wasser sowie dem Salz, Kakao und Zimt in einen Topf geben und zum Kochen bringen. Dann den Herd ausstellen, Topf von der heißen Platte nehmen, mit Deckel verschließen und ca. 10 Minuten ziehen lassen.
2. Dann das Porridge mit dem Ahornsirup süßen und in eine Schüssel geben.
3. Die Kirschen abtropfen lassen.
4. Die Kirschen und die Raspelschokolade auf das Porridge geben und am besten noch lauwarm genießen.

Hinweis:

Das Rezept ist für eine Portionen gerechnet, so wie ich sie für mich mache. Ein guter Esser kann es natürlich entsprechend erhöhen, ich bin mit den 30 g gequollenen Haferflocken immer pappsatt. :-)