

PORRIDGE DE AVENA

INGREDIENTES:

- 1 taza pequeña de copos de avena suaves
- 2 tazas pequeñas de bebida de almendras sin azúcar ni edulcorantes
- Canela de Ceylan (opcional)

PREPARACIÓN:

- 01.** Mezclar en un cacillo todos los ingredientes.
- 02.** Poner a fuego medio-alto, cuando empiece a hervir bajar al mínimo y remover durante 10-15 minutos, hasta que quede casi espeso.
- 03.** Añadir toppings al gusto (fruta, frutos secos, cacao puro en polvo, coco rallado...).



Truco: puedes dejar la mezcla hecha la noche anterior y luego cocinar en el microondas durante 3-4 minutos.