Kjøleskapsgrøt med havre og mandler



Ingredienser

♥ 1 dl store havregryn
♥ 30 g mandler
♥ 2 ss solsikkekjerner
♥ 2 ss rosiner
♥ 2 ss lønnesirup
♥ 0,5 dl kokende vann

Ved servering:
♥ 1 dl mandelmelk
♥ 2 ss blåbærsyltetøy

Toppingforslag:
♥ 3-4 bjørnebær
♥ 2 ss granateplekjerner
♥ 1 pasjonsfrukt

Fremgangsmåte

Ha havregryn i en skål. Hakk mandlene grovt og ha dem i skålen sammen med solsikkekjerner og rosiner. Bland lønnesirup med kokende vann og hell dette i skålen. Bland alt godt sammen.

Dekk til skålen med plastfolie og sett i kjøleskapet til dagen etter (minst 8 timer).

Dagen etter serveres kjøleskapsgrøten med mandelmelk og ønsket topping.

Jeg digger kombinasjonen blåbærsyltetøy, bjørnebær, granateplekjerner og pasjonsfrukt.

Tips

♥ Du får en nokså søt porsjon med 2 ss lønnesirup, som kommer i tillegg til rosinene og syltetøyet på toppen. Jeg synes dette er deilig, men det er jo bare å redusere til 1 ss hvis du vil ha det mindre søtt, eller droppe lønnesirupen helt hvis du vil.

♥ Du kan så klart variere denne oppskriften med det du liker best av nøtter, frø, tørket frukt og topping.

© 2004 - 2026: Det søte liv. Med alle rettigheter.

Source URL: https://dev.detsoteliv.no/oppskrift/kjoleskapsgrot-med-havre-og-mandler