Ontbijt / India

Havermout met pruim en blauwe bessen · India

Warme havermout met zacht gekookt fruit en een zoete smaaktoets geïnspireerd op India.

Tijd 25 min **Personen** 4

Dit heb je nodig.

- ☐ 200 g havervlokken
- ☐ 300 g pruim zonder pit
- ☐ 80 ml water
- ☐ 1 g gemalen kardemom
- ☐ 800 ml lichte kokosmelk
- ☐ 200 g blauwe bessen
- ☐ 30 g honing

Zo maak je het.

01 Snijd de pruim zonder pit en blauwe bessen klein. Laat ze met het water 7 minuten zacht koken.

02 Breng melk of kokosmelk met de havervlokken rustig aan de kook. Laat vijf tot acht minuten al roerend zacht garen.

03 Roer de zoete smaakmaker uit de ingrediëntenlijst door de pap. Voeg zo nodig een scheut water toe.

04 Schep de pap in kommen en verdeel het gare fruit en de honing erover. Serveer warm.

AI-uitgewerkt, niet in een keuken getest.

Recept & herkomst DVS Recipe Studio / DVS Recipe Studio · AI-developed variation / CC0 1.0.
Oorspronkelijk recept en bronvermelding CC0 1.0
recipes.dvs-services.be / studio-in-17-11-f2ada1a