Ontbijt / India

Havermout met mango en nectarine · 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
- ☐ 800 ml lichte kokosmelk
- ☐ 300 g mango zonder schil en pit
- ☐ 200 g nectarine zonder pit
- ☐ 80 ml water
- ☐ 30 g honing
- ☐ 1 g gemalen kardemom

Zo maak je het.

01 Snijd de mango zonder schil en pit en nectarine zonder pit 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-17-19-dfad844