

# LUOMUKAURA- AAMIAISBOWL

## KAURAPUURO:

2 DL LUOMUKAURAROUHETTA

2 DL VETTÄ

3 DL MAITOA

1 DL KUOHUKERMAA

2 TL SUOLAA

## LISÄKSI:

1 LUOMUMANGO

1 LUOMUBANAANI

2 RKL KAAKAONIBSEJÄ

2 RKL LUOMUHUNAJAA



1. KUUMENNA VESI KIEHUVAKSI KATTILASSA, LISÄÄ JOUKKON LUOMUKAURAROUHE JA KEITÄ PARI MINUUTTIA.

2. LISÄÄ JOUKKON MAITO, KUOHUKERMA JA SUOLA. KEITÄ MIEDOLLA LÄMMÖLLÄ 15 MIN.

3. LEIKKAA MANGOSTA KUORETTOMIA SIIVUJA JA VIIPALOI BANAANI.

4. ANNOSTELE KYPSÄ PUURO KULHOIHIN, ASETTELE PÄÄLLE BANAANI- JA MANGOSIIVUT.

5. RIPOTTELE PÄÄLLE KAAKAONIBSEJÄ JA VALUTA PÄÄLLE LOPUKSI HUNAJAA.