

Instantgrød

1 portion

½ dl fine havregryn

¼ dl hirseflager

1 spsk. tørret æble

½ spsk. kokosflage

¼ tsk. st. kanel

1 ½ dl kogende vand

Smag til med salt

Der kan gives forskellige topping fx frisk skåret æble, ristede græskarflager, gulerodsmos..

Sommer udgave erstat tørret æble og kanel, med sødskærm. Topping jordbær og hakkede ristede hasselnødder.