Apfel-Zimt-Porridge - gesund & lecker

Zutaten für 2 Portionen

- 70 g Haferflocken (zart)
- 400 ml Milch
- 1 Apfel
- Ceylon-Zimt

optional:

- Nüsse (geröstet, als Topping)

Arbeitszeit:	ca. 5 Minuten
Kochzeit/Backzeit:	ca. 5 Minuten
Gesamtzeit aktiv:	ca. 10 Minuten

Zubereitung:

1. Schäle den Apfel und schneide ihn in kleine Würfel.
2. Gib die Haferflocken mit der Milch in einen kleinen Topf und lasse sie aufkochen.
3. Rühre die Apfelwürfel und den Zimt unter und lasse alles 3-5 Minuten bei schwacher Hitze quellen. Rühre dabei regelmäßig um.
4. Fülle das Apfel-Zimt-Porridge in eine kleine Schüssel. Garniere es nach Belieben mit Zimt, weiteren Apfelstückchen oder gerösteten Nüssen.

Besuch uns gern wieder auf familienkost.de und stöber in unserem Shop.