

Carrot Cake Porridge mit Möhre und Apfel



Zutaten für 2 Portionen:

- 70 g Haferflocken (zart)
- 300 ml Hafermilch
- 2 EL gemahlene Mandeln (oder Nüsse)
- 2 EL Orangensaft
- 1 Apfel
- 2 Möhren
- 2 EL Frischkäse
- 1 EL Mandelstifte (auch Mandelsplitter genannt)

Arbeitszeit: ca. 10 Minuten

Kochzeit/Backzeit: ca. 5 Minuten

Gesamtzeit aktiv: ca. 15 Minuten

Zubereitung:

1. Schäle die Möhre und den Apfel. Reibe sie fein.
2. Gib die Haferflocken mit der Hafermilch und den gemahlenden Mandeln in einen kleinen Topf. Koche sie auf. Rühre die Möhren- und Apfelraspel sowie den Orangensaft unter. Lass das Möhren-Porridge für 5 Minuten ziehen.
3. Röste währenddessen die Mandelsplitter ohne Fett in einer Pfanne an.

4. Rühre den Frischkäse unter. Verteile den Haferbrei auf zwei Schüsseln. Garniere ihn mit Apfel- und Möhrenraspeln sowie den gerösteten Mandelplittern.

Besuch uns gern wieder auf [familienkost.de](https://www.familienkost.de) und stöber in unserem [Shop](#).

