



# Bananen-Porridge

## Zubereitungszeit

20 Minuten

## Wartezeit

15 Minuten

## Schwierigkeit

einfach

## Zutaten (4 Personen)

500 ml Hafermilch

500 ml Wasser

240 g Haferflocken

2 Messerspitze

gemahlener Kardamom

4 EL Ahornsirup

1 Vanilleschote\*

2 Bananen\*

3 Prisen Salz

1 Mango\*

60 g Blaubeeren

2 Stiele Minze

160 g Treets Peanuts\*

## Zubereitung

Los geht's! Die Hafermilch mit Wasser aufkochen und die Haferflocken nach und nach einrühren. Anschließend quellen lassen.

Währenddessen eine Vanilleschote halbieren und auskratzen. Das Vanillemark gemeinsam mit Kardamom, Ahornsirup und Salz zum Porridge geben.

Jetzt zwei Bananen schälen, in kleine Stücke schneiden und unter den Porridge heben. Ein paar Scheiben zur Dekoration aufheben. Die Blaubeeren und Minze waschen und trocknen, Minzblätter abzupfen. Die frische Mango in mundgerechte Würfel schneiden.

Zuletzt den Porridge mit dem frischen Obst garnieren und mit den halbierten Treets dekorieren.