




OATMEAL MAAR DAN MET QUINOA EN KERSEN

-  Ontbijt
-  15 minuten
-  2 personen

INGREDIËNTEN

- 135 g quinoa
- 180 ml plantaardige melk
- Een pink vanillezaadjes
- Zout, naar eigen smaak
- Kaneel, naar eigen smaak
- 1 eetlepel chiazaad

Tip: voeg kersen toe en wat chocoladesnippers of kokosnippers

BEREIDINGSWIJZE

1. Mix alle ingrediënten door elkaar behalve het chiazaad en de quinoa.
2. Zorg ervoor dat het romig wordt
3. Voeg het chiazaad toe in een pan
4. Voeg vervolgens het melkmengsel toe, zodat deze bovenop het chiazaad komt en sluit de pan af met een deksel
5. Zet de pan in de koelkast en haal deze er pas volgende ochtend uit
6. De volgende ochtend: roer het mengsel door
7. Kook de quinoa volgens de verpakking (of zorg ervoor dat je dit ook de avond van te voren hebt gedaan)
8. Wacht tot de quinoa wat afgekoeld is, en doe dit in een glas
9. Voeg het melkmengsel toe en maak het af met kersen, chocolade- of kokosnippers

EET SMAKELIJK!