

Blueberry Oat Kup

Toplam 38 dk

Hazırlık · Pişirme 30 dk

4 kişilik

Kolay

~194 kcal

Açılış 2/10

Blueberry oat kup, yulaf, yoğurt ve yaban mersiniyle buluşturarak serin, hafif ve pratik bir tatlıya da kahvaltılık yapıyor.

Malzemeler

- 1 su bardağı Yulaf
- 2 su bardağı Yoğurt
- 1 su bardağı Yaban mersini
- 2 yemek kaşığı Bal

Yapılışı

- Yulaf, yoğurt ve bal ile karıştırılır.
- Karışım 20 dakika dinlendirin, yulaf yumuşaması için yoğurtla tamamen temas etsin.
- Yaban mersinini ikiye bölmeden yulaf üzerine serin.
- Kup içinde yulaf taban ve meyveyi iki kat halinde paylaştırın meyve suyu taban fazla gevşetmesin.
- Servisten önce 10 dakika soğutun ve üstüne taze meyve ekleyin.

PÜF NOKTASI

Yulaf 10 dakika bekletmek kup içinde daha yumuşak bir doku oluşturur.

SERVIS ÖNERİSİ

Soğuk kupu üstüne birkaç yaban mersini koyarak kahvaltıda sunun.

Alerjenler

Gluten

Süt