

Rýžová kaše

Počet porcí: 1

Doba přípravy: 10 minut

Bez lepku

Postup přípravy

Do teplého mléka (400 ml) vmícháme rýžovou kaši (cca 30 g) až docílíme požadovanou hustotu. Necháme 2-3 minuty odstát. Přidáme Chia semínka a ořechy.

Ingredience

- **Vlašské ořechy jádra** - 7 g
- **Dr. Halíř trvanlivé mléko polotučné 1 l** - 400 g
- **Instantní kaše kukuřično-rýžová 200 g** - 30 g
- **Chia semínka 100 g** - 5 g

