



Składniki

/ 1 porcja /

- 2 garści ulubionego muesli (ok. 60 g)
- 1 średnie jabłko
- 1 łyżka suszonej żurawiny
- 1 łyżeczka miodu (opcjonalnie)
- ok. 120–150 ml gorącej wody

Przygotowanie

Muesli wsyp do miseczki i zalej gorącą (nie wrzącą) wodą tak, aby było przykryte. Odstaw na 3–5 minut, aby płatki zmiękły i napęczniały.

W tym czasie umyj jabłko, obierz je i zetrzyj na tarce o grubych oczkach.

Na przygotowane muesli wyłóż starte jabłko razem z sokiem, który puściło. Posyp suszoną żurawiną i – jeśli lubisz słodszy smak – polej łyżeczką miodu.

Wymieszaj tuż przed jedzeniem.

POLECANE ODMIANY: **Twoja ulubiona odmiana jabłek deserowych.**

Więcej przepisów: stolicajablka.pl