



VEGETARISK

Quinoa- och havregrynsgröt

Kock: **Helene Henderson** Tid: **20 min** Portioner: **8**



Ett härligt proteinpackat frukostrecept för veganer. Även glutenfri havre passar väldigt bra i det här receptet.



INGREDIENSER

Gröt

2.5 dl quinoa
2.5 dl havregryn
1 tsk salt
2 l vatten

Tillbehör

lönsirap
1 förpackning jordgubbar (ask)
2 dl valnötter
4 dl färsk kokosmjölk

GÖR SÅ HÄR

- 1** Låt vattnet sjuda tillsammans med havregryn och quinoa i cirka 20 minuter eller tills du fått en mjuk konsistens på gröten.
- 2** Krossa nötter och skär upp jordgubbarna i mindre bitar.
- 3** Servera gröten direkt tillsammans med färsk kokosmjölk, toppad med nötter, jordgubbar, lönnsirap eller någon kombination av dessa.
- 4** Gröten håller sig i flera dagar i kylan, det är bara att värma på innan servering.