

## Przepisy



### Pomarańczowa owsianka z granatem i orzechami

Autor: Magorzata

## Przygotowanie

### Krok po kroku...

Płatki owsiane przesypujemy na miseczkę, zalewamy je świeżo wyciśniętym sokiem z pomarańczy i odstawiamy na 15 minut. W międzyczasie ¼ pomarańczy pozbawiamy skóry i albedo i kroimy w kostkę. Z granata wyjmujemy pestki. Orzechy siekamy.

Kiedy płatki owsiane wchłoną część soku dodajemy do nich pokrojoną pomarańczę, pestki granata i całość posypujemy posiekanymi orzechami – jemy od razu, smacznego ; )

### Składniki

- 3 łyżki płatków owsianych
- Sok z 1 pomarańczy
- ¼ pomarańczy
- ¼ granata
- 1 łyżka orzechów włoskich