

Sałatka piękności

Przepis dodany przez użytkownika aleksa6

Sałatka piękności

Ilość porcji: 1-2

Stopień trudności: bardzo łatwe

Potrzebne składniki:

- płatki owsiane płatki nestle fitnes z jogurtem lub owocami -
- mleko suszone śliwki, figi orzechy laskowe -
- rodzynki miód, sok z cytryny lub limonk -

Etapy przyrządzenia:

- 1.** Dzień wcześniej wsypujemy do miseczki płatki owsiane, dodajemy 2-3 śliwki lub figi i rodzynki zalewamy odrobina mleka i do lodówki na noc - chodzi o to by płatki i owoce napęczniały. Rano wlewamy mleka wedle uznania, dosypujemy płatki nestle i orzechy, łyżkę miodu i sok z cytryny lub limonki.

