



Schokoladen-Porridge

Zeit gesamt
20min

Zubereitungszeit
20min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Haferflocken, zart	150 g
Kakaopulver	3 EL
Honig	2 EL
Salz	
Milch	800 ml
Butter	1 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

kleiner Topf

1. In einem Topf Haferflocken, Kakaopulver, Honig, 1 Prise Salz und Milch aufkochen. Unter ständigem Rühren auf niedriger Stufe ca. 10–15 Min. köcheln lassen. Zum Schluss Schokoladen-Porridge mit Butter verfeinern. Auf 4 Schalen verteilen und servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Natürlich kann statt Milch auch ein Pflanzendrink verwendet werden.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	315 kcal
Kohlenhydrate	37 g
Eiweiß	12 g
Ballaststoffe	0 g
Fette	12 g