



Vegan pap met appel

BY ORGANIC HAPPINESS



Wat je nodig hebt:

350 milliliter plantaardige melk
50 gram (glutenvrije) havermout
3 gram kaneel
1 appel



BEZOEK VOOR JE WEKELIJKSE DOSIS AAN RECEPTEN
WWW.ORGANICHAPPINESS.NL



Vegan pap met appel

BY ORGANIC HAPPINESS



Hoe je het maakt:

Doe de plantaardige melk in een pannetje en voeg hier de havermout en de kaneel aan toe.

Roer de ingrediënten even goed door elkaar, zodat de kaneel door het hele mengsel verspreid zit. Verwarm vervolgens het pannetje op middelhoog vuur. Zorg ervoor dat het mengsel niet kookt. Na ongeveer 5 minuten is je mengsel lekker opgewarmd. Ondertussen dat het pannetje verwarmt, kun je de appel alvast schillen en in kleine stukjes snijden. Zelf had ik een vrij grote appel en heb ik 3/4 van de appel gebruikt. Doe de appelstukjes alvast in het schaaltje waarin je het gerecht gaat eten of serveren.

Voeg hier vervolgens het papmengsel aan toe als het opgewarmd is. Roer even goed door elkaar en je kunt genieten van dit warme, vegan, biologische ontbijtje. Eventueel kun je het gerecht nog decoreren met wat extra kaneel.



BEZOEK VOOR JE WEKELIJKSE DOSIS AAN RECEPTEN
WWW.ORGANICHAPPINESS.NL