

Owsianka dyniowo-gruszkowa

2 porcje 5 min

Składniki

- Szklanka płatków owsianych (zalej gorącą wodą płatki na około 5min)
- 2szklanki mleka sojowego, waniliowego
- Mały kawałek upieczonej dyni
- 1 gruszka
- Łyżeczka miodu
- Łyżeczka pasty sezamowej Tahini
- Ulubione orzechy i bakalie