

HAVREGRYNSUPPE (4 porsjoner)

1 l melk
50 g havregryn
salt
kanel
sukker
saft

Kok opp melken og rør inn grynene. La suppen koke langsomt under omrøring til grynene er møre. Smak til med salt. Server suppen med kanel og sukker. Du kan også tilsette saft. Ved å tilsette fløte vil suppen få høyere energiinnhold. Suppen kan findeles ved å kjøre den i en hurtigmikser. Du kan også passere (mose suppen gjennom en sil eller et sileklede) for å få bort partikler.



HAVREGRYNSUPPE

