



Hunajainen uuniohrapuuro

Aineet: 2½ dl rikottuja ohrasuurimoita
1,4 l rasvatonta maitoa
2 rkl hunajaa
1 rkl kasvismargariinia vuokaan

Valmistus: Liota ohrasuurimoita 4 dl:ssa maitoa yön yli jääkaapissa. kaada turvonneet suurimot voideltuun vuokaan.

Sekoita joukkoon loput maidosta ja hunaja. Kypsennä 175 asteessa noin 2 tuntia. tarjoa mehukeiton, omenakeiton tai rasvattoman maidon kanssa.

Puuron voi laittaa uuniin kypsymään yön ajaksi.

Puuro hautuu kypsäksi 100 asteessa noin 8 tunnissa.

Sekoita muutaman kerran kypsymisen alkuvaiheessa.

www.superkokki.com