ЗАКУСКА

Овесена каша с прясно грозде и канела



Топла и лесна за приготвяне овесена каша с парченца прясно грозде и щипка канела - засищаща закуска, която децата обичат от първата лъжичка.

Подготовка: 5 мин **Готвене:** 10 мин **Общо:** 15 мин **Порции:** 2
Възраст: От 10 месеца **Трудност:** Лесно

Съдържа алергени: Млечни продукти, Глутен, Ядки, Фъстъци

Съставки

- 4 с.л. овесени ядки
- 260 мл. вода
- 1-2 с.л. кърма или адаптирано мляко (по желание, прясно мляко след навършена една година)
- 8 зърна грозде без семки
- 1/4 ч.л. канела
- 1 ч.л. краве масло

Начин на приготвяне

1. Измийте гроздето старателно и го обелете, ако кожицата е дебела.
2. Разрежете всяко зърно на четири малки парченца и махнете семките, ако има, за да няма риск от задавяне.
3. В малка тенджера смесете овесените ядки и водата.
4. Сложете на среден огън и разбъркващте често, докато овесените ядки набъбнат и кашата се сгъсти, около 5-6 минути.
5. Свалете от огъня, добавете кравето масло и по желание кърмата или адаптираното мляко и разбъркайте, докато маслото се разтопи.
6. Добавете канелата и разбъркайте отново.
7. Прехвърлете кашата в чинийка и наредете отгоре нарязаните парченца грозде.
8. Оставете да се охлади до хладко и поднесете.

Съхранение

- Съхранявайте в плътно затворен съд в хладилник до 2 дни.
- Преди повторна консумация разбъркайте и по желание добавете малко топла вода, кърма или адаптирано мляко, за да омекне кашата отново.

Съвети

- Можете да добавите 1 ч.л. масло от бадем или фъстъци, разредено с малко вода и добре разбъркано в кашата (ако ядките вече са въведени), за кремообразна текстура.
