

# PORRIDGE



Un berenar  
per a començar  
el dia  
amb energia...

## INGREDIENTS

- ½ tassó de flocs de civada
- 1 tassó de llet de civada
- Canyella o vainilla
- Llimona ratllada
- Panses o albercocs secs
- Fruits secs
- Fruita fresca trossejada



## PREPARACIÓ

- 1- Cuinam 10 minuts la llet vegetal amb els flocs de civada i deixam reposar 10 minuts més.
- 2- Afegim els altres ingredients a partir del gust que li volem donar.