

Overnight Oats

Apfel-Zimt Porridge mit fruchtigen Blaubeeren - gesund und schnell zubereitet zum Frühstück. Overnight Oats am Abend zubereiten.

etwa 2 Portionen



gelingt leicht

bis 20 Minuten



Zutaten:

Zutaten:

etwa 150 g Heidelbeeren
(Blaubeeren)
100 g Dr. Oetker Vitalis Porridge
Apfel-Zimt Großpackung
250 ml Milch
1 EL Dr. Oetker gehackte Pistazien

Wie mache ich Overnight Oats?:

1 Overnight Oats zubereiten:

Heidelbeeren waschen. Porridge mit Milch verrühren, mit den Heidelbeeren in Gläser schichten und mit Pistazien bestreuen. Abgedeckt über Nacht in den Kühlschrank stellen.

2 Für warme Overnight Oats:

Für warme Overnight Oats die Portionen in der Mikrowelle 60-90 Sek. bei etwa 600 Watt erhitzen. **Hinweis:** In der Mikrowelle keine Bügelgläser verwenden.

Tipps aus der Versuchsküche

- Anstelle von Heidelbeeren frische Himbeeren verwenden.