



# Snídaňová kaše s kefírem a karobem

asi 2 porce



snadná příprava

do 15 minut



## Přísady::

### Přísady:

300 ml kefír  
1 ks banán  
1 KL Tmavý karob Dr. Oetker  
3 KL javorový sirup  
4 PL ovesné vločky jemné  
3 KL Chia semínka  
sůl  
skořice mletá  
1 KL Vanilková pasta Dr. Oetker

### Na ozdobení:

ovoce např. banány  
ořechy

### Ještě potřebujeme:

ponorný mixér  
2 ks misky

- 1 Na přípravu kaše nalijeme kefír do vyšší sklenice. Přidáme oloupaný, nakrájený banán, karob, sirup a vše pomocí ponorného mixéru rozmixujeme. Přidáme ovesné vločky, chia semínka, sůl, skořici a pastu. Zamícháme a uložíme do chladničky na několik hodin, nejlépe však přes noc.
- 2 Kaši rozdělíme do misek, na povrch naneseeme ovoce a ořechy a podáváme.

