

- [Schulaktion Gesunde Pause](#)
- [Rezepte](#)
- Friesisches Porridge

Friesisches Porridge



Zutaten für eine Portion:

- ½ Apfel
- 1 Pflaume
- 4 EL Blütenzarte Köllnflocken
- 250 ml Milch oder Kölln Haferdrink Klassik
- 1 Messerspitze Zimt
- 1-2 EL Pflaumenmus

Zubereitung:

Apfel waschen und in Würfel schneiden.

Pflaume waschen, entkernen und in Spalten schneiden.

Milch oder Kölln Haferdrink zusammen mit den Köllnflocken und dem Zimt unter Rühren kurz aufkochen. Den Topf von der Herdplatte ziehen und einige Minuten weiterrühren, da die Köllnflocken noch stark nachquellen.

Apfelstücke, Pflaumenspalten und Pflaumenmus hinzufügen.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten