

REZEPT PUMKIN PIE OVERNIGHT OATS

ZUTATEN

5 Datteln
90 g kernige Haferflocken
150 ml vegane Milch
100 g veganen Joghurt, wie z. B.
Lupinen Joghurt von Made with Luv
150 g Hokkaidokürbis (schon fertig gebacken,
Anleitung siehe Blog)
Handvoll Walnüsse
1 Teelöffel Leinsamen
1 Teelöffel Zimt
Prise Salz
Optional: 2 Feigen

ZUBEREITUNG

Schneide die Datteln klein und vermisch diese mit den Haferflocken, der veganen Milch, dem veganen Joghurt, Kürbis, Walnüssen, Leinsamen, Zimt und Salz. Die Haferflockenmischung in zwei kleine Schalen füllen. Die Schalen über Nacht in den Kühlschrank stellen.

PORTIONEN: 2 Portionen

COPYRIGHT BY STARDUSTANDPANTRIES.DE 