



pohanková lámanka se švestkami a mákem

Snídaňové

(vytvořil*a Fons Beníšky)

- vegetariánské
- bez lepku

název	množství (na 13.0 porcí)	
Mléko	3.6 litry	
Sušené švestky	722 gramy	
Pohanka - lámanka	722 gramy	
Mák - mletý	289 gramy	
Salko	1.4 kusy	
Sůl	trochu	

návod k přípravě

Pohankové vločky dejte spolu se všemi ingrediencemi na kaši do menšího hrnce a zahřejte. Na nízký výkon pomalu vařte, až dokud kaše hezky nezhoustne na příjemnou konzistenci.

úkoly

recept nemá úkoly