TAYLOR & COLLEDGE

BOLIVINIr BALANDr KOŠ SU VANILE



Paruošimas: 10 min.
Bendras laikas: 35 min.
Porcijos: 4 Porcijos

Sudedamosios dalys

Koš

240 g bolivinis balands kruops
600 ml migdols pieno
200 ml vandens
1 arbatinis šaukštelis Taylor & Colledge vanil s pas-tos
2 arbatiniai šaukšteliai klevs sirupo
200 g graikiško jogurto

Pagardai

4 figos
m lyn s
persimono
banans
granats s kls
smulkints migdols

Paruošimas

1. Bolivinis balands kruopas plaukite šaltame vandenyje, kol vanduo bus švarus.
2. . vidutinio dydžio puod sud kite bolivinis balands kruopas, /pilkite migdols pien ir vanden/. Užvirkite. .maišykite vanil s past ir sirup . Sumažinkite kaitr ir virkite 15–20 minu is, kol kruopos suminkšt s.
3. Nuimkite nuo kaitros ir leiskite košei brinkti 10 minu is. Tuomet /maišykite graikišk jogurt .
4. Padalinkite koš / keturis duben lius ir pagardinkite j figomis, m lyn mis ar šilauog mis, persimons ir banans gabal liais, grana s klomis ir migdolais.