

Dauer: Schnell

.....

Kategorie: Jausenrezepte

.....

Saison: Ganzjährig

.....

Für: 1 Personen

.....

Verfasst von: Renate Zitz

.....

Zutaten

.....

1 Apfel

.....

100 ML Wasser

.....

1 TL Rosinen

.....

1 TL Honig

.....

1 EL Haferflocken

.....

Zubereitung

1. Die Äpfel schälen, entkernen und in mundgerechte Stücke schneiden.
2. Die Apfelwürfel mit Rosinen im Wasser ein paar Minuten dünsten.

3. Dann die Haferflocken dazu geben und noch ca. eine weitere Minute kochen.
4. Etwas überkühlen lassen, mit Honig abschmecken und: „Kinder, die Jause ist fertig!“