



całość: 206 kcal

## Kasza jaglana z owocami leśnymi

### Składniki:

3 łyżki kaszy jaglanej  
¾ szklanki wody  
garść malin  
garść jagód  
1 łyżeczka miodu

### Sposób przygotowania:

Kaszę zalać wodą i gotować około 15 minut. Przełożyć do miseczki, dodać maliny i umyte jagody. Polać miodem.



POTRAWA  
BEZGLUTENOWA



POTRAWA  
BEZMLECZNA



POTRAWA  
BEZ SOI



POTRAWA  
BEZ JAJEK



POTRAWA  
BEZ ORZECHÓW



POTRAWA  
BEZ KUKURYDZY



POTRAWA  
BEZ TŁUSZCZY TRANS



POTRAWA  
WEGETARIANSKA



POTRAWA  
WEGANSKA



POTRAWA  
BEZ DROZDZY