SPIRULINA HIRSEAUFLAUF

Zutaten:

1 Tasse Hirse
2 Tassen Hafermilch
200 ml Apfelmus
1 geschälter/in Stücke geschnittener Apfel
1 Tasse Beeren (wir haben Heidelbeeren verwendet)
1 EL des Organic Spirulina Algen Pulvers
PS: Bei Bedarf könnt ihr auch noch 100 g Topfen

Zubereitung:

Die Milch in einem Topf erwärmen, Hirse hinzugeben und so lange kochen lassen bis die Hirse die Milch vollständig aufgenommen hat. Währenddessen kann man den Apfel schälen und in kleine, mundgerechte Stücke schneiden. Alle Zutaten werden miteinander vermischt, in eine Auflaufform gegeben und in den vorgeheizten Backofen geschoben.