



# Ζεστή βρώμη με μπανάνα

5'

Χρόνος  
Εκτέλεσης

1

Μερίδες



## Συστατικά

- 1 ποτήρι γάλα (γάλα αγελαδινό ή αμυγδαλού ή καρύδας)
- 3-4 κ.σ. βρώμη
- 1 ώριμη μπανάνα πολτοποιημένη με ένα πιρούνι

Για το σερβίρισμα

- λίγη κανέλα
- λίγα καρύδια (ή οποιοδήποτε ξηρό καρπό της αρεσκείας σας)
- λίγο σιρόπι σφενδάμου ή μέλι

## Μέθοδος Εκτέλεσης

- Σε ένα κατσαρολάκι βάζουμε το γάλα, την μπανάνα και την βρώμη και το βράζουμε σε μέτρια προς δυνατή φωτιά ανακατεύοντας συνεχώς με ένα σύρμα. Θα δούμε σιγά σιγά ότι το μείγμα μας θα δένει, θέλουμε να βγει σαν πιστός χυλός.
- Όταν δέσει και βγάλουν τις πρώτες φουσκάλες αποσύρουμε από την φωτιά, σερβίρουμε σε ένα μπολ και προσθέτουμε τα υπόλοιπα υλικά.
- Tip. Αν το μείγμα σας φαίνεται πολύ πηχτό προσθέστε ακόμη λίγο γάλα για να το φέρετε στην επιθυμητή σας πυκνότητα.