

EL COMEDOR ESCOLAR



Receta Avena caliente Tradicional

Ingredientes



- 1 taza de avena en hojuelas
 - 3 tazas de agua
 - 1 pizca de sal
- (4 porciones)**



¡Las variaciones son limitadas únicamente por su imaginación!

S.O.S en la cocina

Pregúntale al chef:

300 726 0375
300 726 0119
312 346 7994



Paso a paso

1. Se colocan todos los ingredientes en un perol de tamaño suficiente para recibir 1,5 lts de contenido.
2. Se cocinan de 10 a 15 minutos en fuego bajo, hasta que espese.
3. No se agrega ni leche, crema en este punto.

Notas del chef

Luego de colocar la porción deseada en un bowl, sugerimos colocar alguno de los siguientes toppings:

1. Dos cucharaditas de azúcar morena y dos a tres cucharaditas de leche. (Es la más tradicional.)
2. Tajaditas de banano, fresa, arándano o las frutas de su elección. Con o sin miel.
3. Tajaditas de manzana fresca, nuez (de nogal) picadas y canela. Aplicar miel de maple al gusto.
4. Con Yogurth griego, miel y frutas de su elección.
5. Con salsa de frutos rojos o con la mermelada de su elección.
6. Coco rallado y piña o mango.
7. Para variar durante la cocción se le puede agregar una o dos cucharaditas de cocoa en polvo y una o dos cucharaditas de azúcar morena.