

DESAYUNO

GACHAS DE PLÁTANO



INGREDIENTES

200 ml

Leche

3 cdas.

Avena

1 pizca

Canela

1/2

Plátano

1

Frutos secos

PASOS

1

Coloca en un cazo la leche y la avena por 5 minutos. Un minuto antes de sacarlo añade canela.

2

Trocea el plátano en rodajas.

3

Vierte el contenido del cazo en un bowl, añade el plátano y decora con frutos secos.