



## Carrot Porridge Overnight Oats

### Zutaten

für 1 Personen

- 1 kleine Karotte
- 50g Apfel
- 100 g Haferflocken
- 240 ml Haferdrink
- 2 EL Kokosflocken
- 2 EL gehackte Walnüsse
- 1 TI Kakaopulver
- 1/2 TI Zimt
- 1 EL Ahornsirup

### Besonderes Zubehör

Verschliess bares Behältnis,  
Kastenreibe

### Schwierigkeitsgrad

Leicht

### Zubereitungszeit

10 Minuten  
+ 1 Nacht Ruhezeit



### Zubereitung

Karotte schälen und mit dem Apfel fein raspeln. Alle Zutaten in einer verschließbaren Dose vermischen, in den Kühlschrank stellen und über Nacht durchziehen lassen. Am Morgen noch einmal kräftig durchrühren und genießen.