

Jáhlová kaše s fíky

Počet porcí: 4

Doba přípravy: 35 minut

Bez lepku

Postup přípravy

Jáhly zalijeme studenou vodou a dobře promícháme. Vodu slijeme a jáhly spaříme vroucí vodou. Scezené jáhly následně zalijeme mlékem, přidáme špetku soli, přivedeme k varu a na mírném ohni vaříme pod pokličkou asi 30 minut doměkka. Jáhly by měly být měkké, jen mírně kašovitě a tekutina zcela vyvařená. Osladíme podle chuti skořicovým cukrem. Dáme do misek, posypeme opraženými mandlemi, obložíme dokola čtvrtkami fíků a vyloupaným granátovým jablkem. Ozdobíme ušlehanou smetanou.

Ingredience

- **Jedlá sůl** - 0.5 g
- **Mandle jádra 200 g** - 40 g
- **Skořicový cukr Dia 40 g** - 15 g
- **Lagris jáhly 500 g** - 300 g
- **Granátové jablko 250 g** - 250 g
- **MEGGLE Trvanlivá bezlaktózová smetana ke šlehání 200 ml** - 200 g
- **MEGGLE Trvanlivé bezlaktózoové mléko polotučné 1 L** - 700 g
- **Fík čerstvý 40 g** - 80 g

