

Veganes Schoko-Porridge



Im Winterhalbjahr liebe ich es ja sehr, warm zu frühstücken. Zu meinem großen Glück hat Clara eine Leidenschaft für Porridge entwickelt, mit dem sie mich regelmäßig verwöhnt! Mein allerliebstes Porridge aus

ihrer Testküche darf ich heute mit Euch teilen: das phänomenale Schoko-Porridge! Es ist industriezuckerfrei und bei sehr reifen Bananen verzichten wir sogar auf den Ahornsirup. Es ist ganz schnell gemacht und schmeckt uns auch frisch aus dem Topf schon unglaublich lecker: aber wenn man dann noch einen großen Klecks leicht gesalzene Erdnußbutter mit Stückchen darauf schmelzen läßt, lasse ich jeden anderen Frühstücksbrei dafür stehen. Ich bin gespannt, wie es Euch schmecken wird! Dieses Rezept ist für eine SEHR große Portion, die man entweder mit lieben Menschen teilt oder ganz alleine verputzt: je nach Hunger.

Zutaten

- 200 ml Mandelmilch (oder jede andere Pflanzenmilch Eurer Wahl)
- 50 g feine Haferflocken
- 1 EL Kakaopulver (wer es dunkler mag, auch gerne mehr!)
- 1 EL Ahornsirup (optional! Nehmen wir wirklich nur, wenn die Bananen noch nicht richtig reif sind)
- 1 reife Banane
- Nußmus Eurer Wahl (wir lieben Erdnußbutter, Mandelmus oder Cashewmus dazu!) oder ein anderes Topping (Trockenfrüchte, Nüsse, Kerne, Kakaonibs)

Zubereitung

Die reife Banane schälen und mit der Gabel gut zerdrücken. Alle Zutaten bis auf das Topping in einem kleinen Topf gut vermischen und langsam unter Rühren erhitzen, bis es köchelt. Etwa fünf Minuten bei schwacher Hitze köcheln lassen und immer wieder umrühren. Wer es weicher mag, kann das Porridge bei ausgeschalteter Herdplatte nachquellen lassen und wem es dann zu fest wird, der gibt einfach noch etwas Pflanzenmilch hinzu.

Ist die gewünschte Konsistenz erreicht, füllt man das vegane Schoko-Porridge in eine oder mehrere Schälchen und gibt einen großen Klecks Nussbutter oder Nussmus und weitere Toppings nach Wahl drauf! Und dann heißt es nur noch genießen: ich hoffe, dieser warme Haferbrei macht Euch auch nur annähernd so glücklich wie mich.