

## الشوفان الرخبوز بالشوكولاتة و الهوز

النشخص : 1

الوقت الكلي: 0 min

وقت التحضير: 0 min

وقت الطبخ: 0 min

المكونات:

- 3/1 كوب من الحليب الخالي من النلبان
- 1 ملعقة كبيرة من بودرة الكاكو
- 1 ملعقة كبيرة من العسل
- 1 ملعقة كبيرة من زبدة الفول السوداني
- 3/1 كوب من الشوفان المقطع صلباً
- 2 ملعقة كبيرة من رقائق جوز الهند
- رشة من الملح
- 1 ملعقة صغيرة من بودرة الهاكا
- 1 موزة صغيرة
- 1 ملعقة صغيرة من سكر جوز الهند
- 1 ملعقة صغيرة من حبيبات الكاكو
- 2 ملعقة كبيرة من [بودينج الشوكولاتة](#) (اختياري)

الخطوات:

1. يسخن الفرن مسبقاً على درجة حرارة 350ف أو 160س. ندهن طبق خبز يكفي لحصة واحدة بزيت جوز الهند و نتركه جانباً.
2. نخفق الحليب مع بودرة الكاكو , العسل , وزبدة الفول السوداني.
3. وفي وعاء صغير نمزج الشوفان مع رقائق جوز الهند, الملح, و الهاكا, ونضع الهوز. ثم نضيف حليب الشوكولاتة إلى مزيج الشوفان ونمزج جيداً.
4. نسكب الشوفان في طبق الخبز. ونرش سكر جوز الهند وحبيبات الكاكو عليه. ونخبز من 15 الي 20 دقيقة.
5. يقدم كها هو , أو نسكب بودينج الشوكولاتة من أجل المزيد من الشوكولاتة المترفة.

و عليكم بالعافية!