

## الشوفان مع الفستق و التوت

النشأص : 0

الوقت الكلي: 0 min

وقت التحضير: 0 min

وقت الطبخ: 0 min  
المكونات:

صلصة الفستق:

- 1/2 كوب من الفستق الني
- 1/4 كوب من كريهة جوز الهند
- 2 ملعقة كبيرة من العسل

كوهبوت التوت:

- 3/1 كوب من التوت المثلج
- 1 ملعقة صغيرة من شراب القيقب

الشوفان, يكفي شخص واحد:

- 3/1 كوب من رقائق الشوفان
- 3/2 كوب مياه
- 3/1 كوب من حليب جوز الهند
- 1/4 1/2 ملعقة صغيرة من بودرة حب الهال
- 1 ملعقة كبيرة من زيت جوز الهند
- 1 ملعقة صغيرة من ماء الورد

الخطوات:

1. سنبدأ بعمل صلصة الفستق. سنطحن الفستق في محضر الطعام. ثم سنضيف العسل و الكريهة ونخلط حتى يصبح المزيج أهدس. يترك جانباً , أو نضعه في الثلاجة إذا كنا نحضره مسبقاً.
2. لعول الكوهبوت, نخلط التوت مع شراب القيقب في مقلاة صغيرة. نتركه ليغلي علي نار هادئة و درجة حرارة متوسطة لبعض الدقائق, حتي يخرج العصير من التوت, ويصبح لدينا صلصة سهيكة قليلاً لونها وردي فاقع. ويترك جانباً.
3. نضع الشوفان مع الماء و حليب جوز الهند في مقلاة صغيرة. ثم نضيف بودرة حب الهال. نضع المزيج علي درجة حرارة متوسطة و نتركه من 10 الي 12 دقيقة حتى يصبح الشوفان مطهو تماماً. نرفعه من على النار و نضع زيت جوز الهند و ماء الورد, ونمزج جيداً.
4. ننقل الشوفان إلى وعاء (كلما كان أهدس كان أفضل), ونضيف ملعقة أو اثنتين من صلصة الفستق ونقلب قليلاً. نضع الكوهبوت فوق المزيج, مع بعض من التوت الطازج, و رشة من الفستق.