

# KØLESKABSGRØD

TIL EN KLASSE.  
TID: 1 TIME



## DET SKAL DU BRUGE

8 dl havregryn  
4 tsk. chiafrø  
2 vaniljestænger eller 4 tsk.  
vaniljesukker  
1 spsk. sukker  
1 tsk. revet ingefær  
1 l. appelsinjuice  
½ tsk. salt

## SÅDAN GØR DU

1. Riv ingefæren på den fine side af et rivejern.
2. Skrab vaniljekornene ud af vaniljestangen og vend det med sukkeret.
3. Kom alle ingredienserne i en skål. Rør det sammen og dæk det til. Stil grøden i køleskabet natten over.
4. Morgenen efter tages køleskabsgrøden ud af køleskabet og anrettes i små glas og toppes med lidt bærsirup og lidt frisk æble i små tern.



## TIPS OG TRICKS

- Du kan hakke lidt mandler eller andre nødder og vende i grøden.
- Du kan også lave lidt knas som kan drysses på toppen af grøden inden servering.
- Køleskabsgrød er en nem morgenmad du kan lave dagen før og tage med i skole eller spise inden du tager afsted.