



Каша на безлактозном молоке АМ-АМ

1 порция



Ингредиенты

Безлактозное молоко
200 мл

Крупа (овсяная или рисовая)
50 г

Вода
50 мл

Сливочное масло
5–7 г

Соль
щепотка

Приготовление

1. В небольшой кастрюле доведите воду до кипения, добавьте крупу и варите 2–3 минуты на слабом огне.
2. Влейте молоко АМ-АМ, добавьте сахар и соль.
3. Готовьте, периодически помешивая, до нужной консистенции: овсянку: ~7–10 минут, рис: ~15 минут.
4. Добавьте сливочное масло, накройте крышкой и дайте каше настояться ещё 3–5 минут.

Совет от АМ-АМ

Безлактозное молоко делает кашу особенно нежной и лёгкой для пищеварения, при этом она сохраняет насыщенный молочный вкус. Добавьте ягоды или немного мёда — получится идеальный завтрак для всей семьи.