

## Hafertage-Porridge herzhaft | Brokkoli

 Leicht  ca. 20 Min.



### Zutaten | 1 Portion

500 ml Wasser oder  
Gemüsebrühe  
50 g Brokkoli  
75 g kernige Haferflocken  
bunter Pfeffer

### Zubereitung

Brokkoli (in Röschen) in einem Topf mit Wasser oder Gemüsebrühe kurz garen (ca. 4-6 Minuten), abgießen (ggf. Brühe auffangen) und abtropfen lassen.  
500 ml Wasser oder aufgefangene Gemüsebrühe im Topf aufkochen, Haferflocken eirühren und bei geringer Hitze ausquellen lassen. Brokkoli auf den Porridge geben und mit buntem Pfeffer würzen.