

Overnight oats met sinaasappel

Word wakker met heerlijke overnight oats met sinaasappel en Alpro Haverdrink



Ingrediënten

- 250 ml Alpro Haverdrink
- 120 gram muesli of havermout
- 2 bananen
- 4 eetlepels chiazaden, optioneel
- 4 eetlepels geraspte kokos
- 4 sinaasappels
- Noten mix: pecannoten, amandelen & pistache noten

Bereidingswijze

1. Prak de bananen en verdeel deze over 4 kommen of mason jars. Mix de muesli met de kokos en chiazaden. Hak de noten fijn. Pers 2 sinaasappels en snij de anderen in kleine stukjes.
2. Doe daarna de muesli in de kom/jar, voeg de Alpro Haverdrink en het sinaasappelsap toe.
3. Dek af met vershoudfolie en laat 's nachts in de koelkast staan.
4. De volgende ochtend roer je kort door de kom en voeg je stukjes sinaasappel en noten toe.



Boekweit-bananen pannenkoekjes

Ben jij klaar voor boekweit-bananen pannenkoeken met Alpro Mild & Creamy Naturel met Havervlokken?

Ingrediënten

- 200 ml Mild & Creamy Naturel met Havervlokken
- 350 ml Alpro Haverdrink
- 250 gram boekweitmeel
- 2 grote rijpe bananen
- 1 theelepel bakpoeder een snufje zout
- 1 eetlepel Alpro Lekker en Gezonde Keuken

Toppings:

- 12 eetlepels Mild & Creamy Naturel met Havervlokken
- 8 eetlepels granaatappelpitjes
- 4 eetlepels chiazaad (optioneel)

Bereidingswijze

1. Begin met het mixen van het boekweitmeel, zout en bakpoeder in een kom. Prak in een andere kom de banaan en mix deze met Mild & Creamy Naturel met Havervlokken en de Haverdrink.
2. Voeg beide mengsels samen en mix het tot een mooi glad geheel. Als het beslag te dik is, voeg dan meer Haverdrink toe.
3. Verwarm vervolgens wat kokosnootolie op middelhoog vuur. Schep ongeveer 3 eetlepels beslag in de pan en bak 3 à 4 minuten, draai de pannenkoek om en bak voor nog eens 2 minuten. Herhaal deze stap tot het beslag op is.
4. Serveer de boekweit pannenkoeken met Alpro Mild & Creamy Naturel met Havervlokken, granaatappelpitjes (en chiazaad voor de liefhebber). Zo lekker!

