



Hutten

Altijd meer aandacht



**OVERNIGHT OATS
BANAAN, PECANNOTEN
EN CHOCOLADE**

#PSVWESTANDTOGETHER



BRAINPORT
EINDHOVEN



#PSVWESTANDTOGETHER



Hutten

Altijd meer aandacht



Dit heb je nodig

Basisrecept overnight oats

40 gr havermout

100 ml Griekse Yoghurt

200 ml volle melk

Voor dit recept

150 gr overnight oats (basisrecept) per
persoon

Halve banaan, in plakjes

1 el pecannoten of walnoten

1 el schaafsel van pure chocolade

OVERNIGHT OATS BANAAN, PECANNOTEN EN CHOCOLADE

ONTBIJT VOOR TWEE PERSONEN

OVERNIGHT OATS IS HET HIPSTE ONTBIJT ANNO NU. DAT BEGRIJPEN WE HEEL GOED, WANT: MAKKELIJK EN LEKKER! JE LAAT HAVERVLOKKEN EEN NACHTJE WEKEN IN YOGHURT OF MELK EN KIEST 'S MORGENS JOUW FAVORIETE TOPPING VAN NOTEN EN/OF FRUIT. DEZE VARIANT IS HARTVERWARMEND LEKKER.

Zo maak je het

1. Meng de Griekse yoghurt met de havermout. Zet de oats acht uur in de koelkast (overnight).
2. Giet de melk bij de oats totdat het een goede dikte heeft. Het mag iets dikker zijn dan yoghurt. Je kunt de oats ook nog even verwarmen als je dat lekker vindt. Voeg daarna de overige ingrediënten toe.

BEKIJK ALLE CONTENT

PSV.NL/WESTANDTOGETHER


BRAINPORT
EINDHOVEN



#PSVWESTANDTOGETHER