

Овсяные хлопья со свёклой и яблоками

50 г овсяных хлопьев, 100 г отваренной свеклы, 100 г яблок, 200 г простокваши.

Овсяные хлопья заранее замочить. Свеклу и яблоки натереть на крупной тёрке (яблоки можно нарезать и кубиками).

Добавить к свекле и яблокам овсяные хлопья, залить всё простоквашей – сытный и полезный завтрак готов!

Анна ЧИСТОВСКАЯ, г. Санкт-Петербург