Extra lekkere havermout pap

Voor 4 personen | Bereidingstijd enkele minuten | Kooktijd 15 minuten | V

Igredienten

- 130g jumbo haver
- 40 g tarwekiemen
- 300 ml amandelmelk
- 500 ml water
- 1 banaan, in plakjes gesnaden
- 4 eetlepels tahini
- 40g pistachenoten (of andere noten naar keuze)
- 2 eetlepels pompoenpitten

Bereidingswijze

1. Doe de havermout, tarwekiemen, banaan, melk en water in een grote steelpan en breng dit op middelhoog vuur aan de kook.
2. Zet het vuur laag, roer de tahini erdoor en laat ongeveer 10 minuten sudderen tot de vloeistof is opgenomen en de consistentie is zoals je hem lekker vindt.
3. Terwijl de pap staat te pruttelen, droog te de pistachenoten en pompoenpitten tot ze licht geroosterd zijn.
4. Verdeel de pap over kommen en besmeer met de noten en zaden. Voeg extra vers of gedroogd fruit toe als je dat lekker vindt.

