



## Kokosporridge

Von Dorothea Neumayr aus dem Buch „PEACE FOOD – KETO KUR“

### Zutaten für 2 Portionen:

- 2 EL Kokosflocken
- 300 ml Kokosmilch
- ¼ TL gemahlene Vanille
- 1 Stück Zimtstange
- 1 Prise Salz
- 2 EL Kokosmehl
- 1 EL Leinmehl
- 1 EL Eryfly (Nach Belieben)
- 1 TL Chiliflocken

### Zubereitung:

1. Kokosflocken in einer Pfanne ohne Fett goldgelb rösten.
2. Kokosmilch mit Vanille, Zimtstange und 1 Prise Salz aufkochen. Beide Mehlsorten langsam einrühren, bis die Kokosmilch etwas eindickt.
3. Die Zimtstange entfernen, den Porridge in zwei Schälchen füllen und nach Belieben mit Eryfly süßen.
4. Mit den gerösteten Kokosflocken und Chiliflocken bestreut servieren.

