

# Die Zeltlager Kochkiste

---



## **Britisches Porridge 10 Personen**

### **Zutaten :**

40 gehäufte EL zarte Haferflocken, 2000 ml Milch (3,5%), 3 Prisen Salz, 20 -30 TL Honig, 20 EL Orangensaft, 1o kleine Stücke kandierter Ingwer, 150 g Magerjoghurt  
Außerdem: Beerenfrüchte nach Saison

### **Zubereitung:**

Die Haferflocken mit Milch und Salz kurz aufkochen, vom Feuer nehmen. Honig und Saft unterrühren, zugedeckt 3-4 Minuten ziehen lassen. Inzwischen Ingwer hacken. Früchte verlesen, waschen, gut abtropfen lassen. Joghurt in die Flocken rühren. Nach Belieben Früchte, Ingwer und Mandeln darüber streuen oder unterheben.

## **Porridge mit Zimt und Zucker 10 Personen**

Siehe oben, nur den Ingwer und den Orangensaft weglassen, den fertigen Porridge mit Zimt und Zucker bestreuen.

## **Original Porridge 10 Personen**

10 Tassen Haferflocken, 15 Tassen Wasser, etwas Milch, etwas Salz

Alles bis zur gewünschten Konsistenz zum kochen bringen.