




OVO
HIGH PROTEIN OVERNIGHT OATS



PRÉPARATION OVO HIGH PROTEIN OVERNIGHT OATS

INGRÉDIENTS

- Overnight Oats
 140 g de flocons d'avoine
 330 ml d'Ovomaltine Drink High Protein
 2 CS de graines de chia
 1 pincée de sel

- Garniture
 1 banane en rondelles
 2 CS de yogourt nature
 2 CS d'Ovomaltine Müesli Plus

PRÉPARATION

1. Mélanger les flocons d'avoine et tous les ingrédients jusqu'au sel.
2. Répartir le mélange de flocons d'avoine dans deux verres, couvrir et laisser gonfler au réfrigérateur pendant 8 heures ou toute la nuit.
3. Au moment de servir, décorer les Ovo Protein Overnight Oats avec des rondelles de banane, du yogourt nature et de l'Ovomaltine Müesli Plus.
4. Déguster!