

# Dýňová ovesná kaše

Časová náročnost: 30 minut

## Seznam přísad

1 až 2 lžíce	dýňové pyré
1 lžíce	med
	sůl
	ovesné vločky (množství přizpůsobte tomu, kolik sami sníte)
	mléko (tolik, aby všechny vločky pokrylo)
špetka	skořice
špetka	muškátový oříšek
lžička	zázvor
	rozinky
	oříšky



## Postup přípravy

Do hrnce nasypeme vločky a zalijeme mlékem. Přidáme špetku soli a začneme pomalu vařit. Po chvilce přidáme také med, skořici, muškátový oříšek a mletý zázvor. Za stálého míchání necháme vařit až do zhoustnutí. Ke konci vmícháme [dýňové pyré](#). Kaši můžeme doplnit rozinkami nebo oříšky.