



voor ± 2-3 personen



## BOEKWEITGRUTTENPAP MET BRAMEN EN BLAUWE BESSEN

75 gr biologische boekweitgrutten

500 ml biologische melk (of een plantaardige melk)

100 gr biologische blauwe bessen

100 gr biologische bramen

1 handje biologische amandel schaafsel

1 takje verse munt

### BEREIDING

Spoel de blauwe bessen en de bramen in een vergiet onder stromend water af en laat deze goed uitlekken. Droog eventueel even na met wat keukenpapier. Zet dan een steelpan op de warmtebron en breng de melk aan de kook. Voeg vervolgens de boekweitgrutten al roerend toe en laat het op lage temperatuur nog 10 minuten zachtjes doorkoken. Roer het zo nu en dan even goed door. Pak de kommen en vul de kommen met de pap. Verdeel daar daarna de blauwe bessen en de bramen over. Strooi nu wat amandelschaafsel over de kommen en leg er als finishing touch een paar blaadjes verse munt op.