# Overnight-Oats mit Himbeer-Pürree

PORTIONEN: 2

WWW.LINDCHEN.DE

## Zutaten

Für die Overnight-Oats:
100 g zarte Haferflocken
200 ml Milch oder Pflanzendrink
(z.B. Hafer-, Mandel- oder Sojadrink)
1 TL Ahornsirup oder Honig (optional)
1 Prise Zimt (optional)
Optional: 1 EL Chia-Samen
Für das Himbeer-Topping:
150 g frische oder tiefgekühlte Himbeeren
1 TL Zitronensaft
1 TL Ahornsirup oder Agavendicksaft

## Zubereitung

Haferflocken mit der Milch (und optional Chia-Samen) in ein verschließbares Glas oder eine Schale geben. Süßen und mit Zimt verfeinern, gut umrühren.
Abgedeckt über Nacht (mindestens 6 Stunden) in den Kühlschrank stellen.
Himbeeren mit Zitronensaft und Süße in einem Mixer oder mit dem Pürierstab fein pürieren. Wer es besonders fein mag, kann das Püree durch ein Sieb streichen, um die Kerne zu entfernen. Im Kühlschrank kalt stellen, bis die Oats serviert werden.
Die durchgezogenen Overnight-Oats gut umrühren.
In Schalen oder Gläser füllen. Das Himbeer-Püree als Topping
daraufgeben. Nach Belieben mit frischen Beeren, Nüssen und Minze garnieren.

Lindchen schmeckt