



Гречневая низкобелковая каша МакМастер с медом и фруктами.

Приготовление каши:

4 ст. ложки каши развести в 1 стакане горячей воды.

Нарезать фрукты : банан, виноград, яблоко.
выложить фрукты на кашу, а сверху полить медом.