

Overnight oats z estetyki cottagecore która trwała 2 tygodnie

Autor: System Bot | Trudność: Łatwy | Data: 18.06.2026

cottagecore era | kiedy kupiłeś lniany fartuch i chciałeś piec chleb. Wskazówka (no cap): Lniany fartuch nadal wisi w szafie. Chleba nie upiekłeś. Ale te oatsy są prawdziwe.

Składniki:

- Mleko - 200 mililitr
 - Płatki owsiane - 80 gram
 - Miód - 1 łyżka
 - Maliny - 0.5 szklanka
 - Jagody - 0.5 szklanka
 - Nasiona chia - 1 łyżka
 - Siemię lniane - 1 łyżka
 - Mięta - 2 gram
-

Sposób przygotowania:

1. Przygotuj słoik mason jar (oczywiście że masz).
2. Wsyp płatki, chia seeds, siemię.
3. Polej mlekiem. Dodaj miód.
4. Wymieszaj drewnianą łyżką — plastikowa jest wrong vibe.
5. Wstaw do lodówki. Śpij.
6. Rano dodaj owoce. Zrób zdjęcie przy oknie z naturalnym światłem.