

Müesli mit Hirseflocken und Früchten

Zutaten

Für 4 Personen

700 g Joghurt nature

100 g Hirseflocken

400 g gemischte Beeren oder Saisonfrüchte

2 EL flüssiger Honig oder Birnendicksaft



Zubereitung

Zubereiten: 10 Minuten

Auf dem Tisch in 10 Minuten

1. Joghurt und Hirseflocken mischen. Beeren oder geschnittene Früchte begeben. Anrichten, nach Belieben mit Honig oder Birnendicksaft beträufeln.

Nährwerte

Eine Portion enthält: 259 kcal, 11g Eiweiss, 8g Fett, 36g Kohlenhydrate.