



Gesamtzeit: 15 min

Schwierigkeitsgrad: einfach

Portionen: 2 Personen

Bircher Müsli

Bircher Müsli

100 g Rinatura Haferflocken Bio

170 ml Milch (oder Pflanzenmilch)

1 Apfel

1 Esslöffel Rinatura Zitronensaft Bio

2 Esslöffel Naturjoghurt

2 Esslöffel Rosinen

1 Esslöffel Liakada Griechischer Honig Wildblüte

2 Esslöffel gehackte Nüsse (z.B. Walnüsse, Mandeln oder Haselnüsse)

1 Banane (optional)

Zimt

Bircher Müsli

1.

Haferflocken mit der Milch vermischen und über Nacht im Kühlschrank quellen lassen.

Dann den Apfel grob reiben und mit Zitronensaft vermischen.

Joghurt, geriebenen Apfel, Honig, Nüsse und Rosinen unter die Haferflocken rühren. Nach Belieben mit Zimt und Bananenscheiben toppen.