

REZEPT SOMMER BIRCHER MÜSLI

ZUTATEN

100 g kernige Haferflocken
50 g gemahlene Mandeln
250 ml Kokos Drink
Prise Salz
150 g Himbeeren
1 kleinen Apfel
1 Maracuja
150 g veganen Joghurt

ZUBEREITUNG

Zuerst die Milch aufkochen und damit die Haferflocken und die Mandeln übergießen. Kurz stehen lassen. In der Zwischenzeit den Apfel raspeln und die Himbeeren waschen. Die Maracuja halbieren und die Kerne herauskratzen. Die Früchte und den Joghurt zu dem Haferflocken-Mandel-Mix geben und verrühren. Über Nacht in den Kühlschrank stellen

PORTIONEN: 2 Portionen

COPYRIGHT BY STARDUSTANDPANTRIES.DE 