

FIT & STRONG

GESUNDE REZEPTE ZUM NACHKOCHEN

MÜSLI-FRÜHSTÜCK: DER PERFEKTE START IN DEN TAG

Zutaten:

- 3-4 EL Haferflocken (fein)
- 2 EL Cornflakes
- 1 EL Leinsamen
- 1 EL Nüsse
- 1 Stück Obst

Zubereitung:

- Alle trockenen Zutaten vermischen und mit Naturjoghurt verrühren.
Das Obst schneiden und dazu geben.

Tipp!

Wenn es jemand etwas süßer mag, kann man auch einen kleinen Teelöffel Marmelade oder Honig hinzugeben.

