



Joghurt mit Müsli und Waldfrüchten

 Dauer
10 min.

 Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Früchte Müsli	400 g
Himbeeren	60 g
Heidelbeeren	60 g
Brombeeren	60 g
Joghurt, natur	400 g
Honig	2 EL

Zubereitung

In einer Pfanne das Müsli unter ständigem Schwenken ohne Fett ca. 3–4 Min. goldbraun rösten. Anschließend auf einem Teller etwas abkühlen lassen.

Beeren in ein Sieb geben, waschen und vorsichtig trocken schütteln. Joghurt in 4 Schüsseln geben und Waldfrüchte sowie geröstetes Müsli darauf verteilen. Mit Honig beträufelt servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	520 kcal		
Kohlenhydrate	90 g	Ballaststoffe	9 g
Eiweiß	19 g	Fette	8 g