



Vollkornflocken mit Milch und Rosinen

 Dauer
5 min.

 Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Vollkorn Frühstücksflocken 120 g

Rosinen 50 g

Milch 600 ml

Zubereitung

Die Vollkornflocken und Rosinen auf Schälchen verteilen. Mit Milch übergießen und servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	232 kcal		
Kohlenhydrate	43 g	Ballaststoff	1 g
Eiweiß	7 g	Fette	5 g