Vollkornflocken mit Milch und Rosinen

Zeit gesamt
5min

Zubereitungszeit
5min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Vollkorn Frühstücksflocken	120 g
Rosinen	50 g
Milch	600 ml

Zubereitung

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

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

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