

# Birchermüesli

## Zutaten

1 Portion

½	Banane
1	Apfel
100 g	Nature Joghurt
1-2	Esslöffel Milch
8 g	Haferflocken
8 g	gemahlene Mandeln
1-2	Teelöffel Rosinen
40 g	frische oder tiefgekühlte Himbeeren

## Zubereitung

Zubereitung: ca. 5 Minuten

Ruhezeit: 1 Std. oder über Nacht



½ Banane schälen und mit der Gabel zerdrücken. 1 Apfel mitsamt Schale fein reiben.

Banane und Apfel mit 100 g Nature Joghurt, 1-2 Esslöffel Milch, je 8 g Haferflocken, 1-2 Teelöffel Rosinen und 40 g frische oder tiefgekühlte Himbeeren mischen und quillen lassen.



Mindestens eine Stunde, am besten über Nacht stehen lassen.

**En Guete!**