



Bananen-Müsli mit Himbeeren

Zeit gesamt
🕒 5min

Zubereitungszeit
🕒 5min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Bananen	2 St.
Haferflocken, kernig	150 g
Cashewkerne	60 g
Milch	500 ml
Himbeeren, frisch	100 g

Zubereitung

1. Bananen schälen, auf Schüsseln aufteilen und mit einer Gabel zerdrücken. Jeweils Haferflocken, Cashewkerne und Milch auf die Schüsseln aufteilen und vermengen.
2. Himbeeren waschen, auf das Müsli verteilen und servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	392 kcal
Kohlenhydrate	56 g
Eiweiß	12 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	14 g