



Müsli mit Joghurt und Beeren

Zeit gesamt
🕒 5min

Zubereitungszeit
🕒 5min

Schwierigkeit
👩‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Heidelbeeren, frisch	100 g
Himbeeren, frisch	100 g
Sahnejoghurt Griechischer Art	500 g
Honig	1 EL
Müsli mit Früchten, Nüssen und Kernen	8 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel

1. Blaubeeren und Himbeeren waschen. In einer Schüssel Joghurt mit Honig und Müsli vermengen.
2. Auf Schälchen verteilen und mit Beeren servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	140 kcal
Kohlenhydrate	16 g
Eiweiß	13 g
Ballaststoffe	2 g
Fette	3 g