



# 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      |