

Kiwi-Nuss-Müsli

Lass Deine Zunge schon am Morgen verschiedene Geschmacksrichtungen erleben.

Kiwis, Bananen und Nüsse ein perfekter tropischer Start in den Tag. Dieser gesunde Snack eignet sich perfekt für die Zubereitung von Mahlzeiten einer Diät Herausforderung.

Zutaten

- 4 Walnusskerne
- 2 EL Honig
- 300 g fettarmer Joghurt
- 2 TL Zitronensaft
- 1 große Banane
- 8 EL 6-Korn-Vollkornmischung
- 1 Prise Zimt
- 2 Kiwis

Zubereitung

- Banane und Kiwis schälen und in dünne Scheiben schneiden.
- Zimt, Zitronensaft, Honig und Joghurt verrühren. Nüsse grob zerbrechen.
- Flockenmischung auf 2 Schälchen verteilen, Joghurt und Früchte darauf geben. Zum Schluss die Nüsse darüber streuen.



Veröffentlicht von Gourmet Magazin

<https://www.gourmet-magazin.de/rezepte/kiwi-nuss-muesli/>