



Birchermüesli nach Betty Bossi glutenfrei von Sofie Keller

Mengen für 3 Personen

Quelle: https://www.bettybossi.ch/de/Rezept/ShowRezept/BB_BBZA030115_0016A-40-de?title=Birchermueesli&list=c%3d%26f%3d-Bircherm%25C3%25BCesli&ps=10

Tags: Glutenfrei

60 g Haferflocken	GLUTENFREIE
6 cl Wasser	3h vorher im Wasser quellen lassen.
3.0 Stück Saisonfrüchte	klein schnippeln
2.25 cl Zitronensaft	
60 g Haselnüsse gemahlen	
60 g Nature Joghurt	
60 g Früchtejoghurt	Beerenjogurt!
60 g Rosinen	
13.2 g Honig	Oder 10 EL Kondensmilch

Haferflocken 3h vorher quellen lassen. Früchte klein schnippeln. Alles zusammen mischen.

TIPP: Müesli am Abend vorher vorbereiten. Schmeckt so besser. (Quellzeit des Wassers kann dann misachtet werden).