

Leckerer Müsli für einen fruchtigen Start in den Tag

Hallo ihr Lieben, hier kommt eine Idee für ein richtig leckeres und zusätzlich noch gesundes Frühstück. Wahrscheinlich habt ihr gerade viel Zeit und die könnt ihr nutzen, um euch etwas Gutes zu tun. Da man das Obst schneiden muss solltet ihr das Müsli mit euren Eltern zubereiten, je nachdem wie erfahren ihr mit dem Messer seid. Einen guten Appetit!

Ihr braucht:

Haferflocken



Milch



Früchte (auf was ihr Lust habt und was ihr Zuhause findet)



Naturjoghurt



Honig wer es etwas süßer mag



Schritt 1: Gebt 2 Esslöffel Haferflocken in eine Müslichüssel. Dann leert ihr etwas Milch dazu, so dass die Haferflocken bedeckt sind und lasst sie ein paar Minuten stehen. Haferflocken sollten etwas quellen.

Schritt 2: Gebt 2 Esslöffel Naturjoghurt dazu. Die Früchte sind schon sehr süß, wer es aber etwas süßer mag kann einen Teelöffel Honig dazugeben. Alles verrühren.

Schritt 3: Jetzt kommen die Früchte ins Spiel. Schneidet sie in kleine Stücke. (Achtung mit dem Messer!) Nehmt einfach die Früchte, die ihr mögt und Zuhause habt. Ich habe mich für Banane, Apfel, Mango und Mandarine entschieden. Und davon nur jeweils die Hälfte, sonst wird es mir zu viel. Ihr könnt aber auch ein oder zwei Früchte nehmen. Wie ihr mögt.

Hier ein paar Bilder dazu:



Schritt 4: Jetzt nur noch die geschnittenen Früchte ins Müsli geben, umrühren und fertig. Guten Appetit ☺

