Müsli to go

Das Müsli to go ist am Morgen rasch zubereitet und lässt sich einfach in ein verschraubbares Glas oder Flasche mit ins Büro oder Schule nehmen.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 5 min

Ruhezeit: 10,0 h

Gesamtzeit: 10,1 h

Zutaten

35 g	Cashewnüsse
1 Handvoll	Erdbeeren (oder andere Beeren je nach Saison)
3 Stk.	Datteln (getrocknet)
3 EL	Haferflocken
150 ml	Wasser

Zubereitung

1. Für das **Müsli** die Cashewnüsse über Nacht in Wasser einweichen.
2. Die Nüsse zusammen mit dem Wasser in einen Mixer oder Küchenmaschine geben und mixen.
3. Die Erdbeeren, Datteln und Haferflocken dazu geben und nochmals mixen. Fertig ist der köstliche Frühstück-Snack.

Tipp

Für das Müsli kann man ja nach Belieben mit den Beeren- oder Obstsorten je nach Saison variieren. Der schnelle und gesunde Snack enthält wertvolle Vitamine und Mineralstoffe. Eingefüllt in verschraubbare Gläser lässt sich das köstliche Müsli einfach in die Schule oder Büro mitnehmen.