

Weizenkeim-Müsli

In diesem Rezept ist alles drin für ein gesundes Frühstück! Leckeres Weizenkeim-Müsli mit wertvollem Sanddorn.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 5 min

Gesamtzeit: 5 min



Zutaten

400 ml	Buttermilch
2 EL	Leinsamen
2 EL	Milchzucker
2 EL	Sanddornvollfrucht
2 EL	Weizenkeime

Zubereitung

1. Das Weizenkeim-Müsli verhilft zu einem gelungenen Start in den Tag. Mit Buttermilch beginnen und dieses mit der Sanddornvollfrucht vermengen.
2. Im nächsten Schritt Leinsamen wie auch Milchzucker unterrühren. Mit Weizenkeimen bestreuen und danach anrichten.

Tipp

Das Weizenkeim-Müsli wird auch den Kindern zum Frühstück schmecken. Nach Belieben noch wie auf dem Bild mit Haferflocken verfeinern.