

POWER-MÜSLI DELUXE



Zutaten:

200 g Knusperflocken
500 g Joghurt
(probiotisch & fettarm)
4 EL Lecithin Granulat
3-4 EL **ENERGY 32** Neutral
1 EL Honig
2 TL Traubenkerne gemahlen
2 TL getrocknete Wacholder Beeren
1-2 EL Weizenkeim Granulat
2 klein geschnittene Äpfel
3 gehackte Nüsse

Geben Sie alle trockenen Zutaten in eine Schüssel und vermischen Sie diese. Geben Sie dann den Joghurt und den Honig dazu, nach belieben mit Zimt verfeinern.