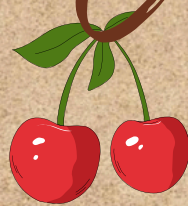




Rezept Vorlage



FRISCHKORN MÜSLI APRIKOSE



Getreideart und Mischung können bei Dir
natürlich variieren



- ☐ 3 EL Roggen
- ☐ 3 Aprikosen
- ☐ 1 Nektarine
- ☐ 2 EL gehackte Nüsse nach Wahl
- ☐ Zitronensaft
- ☐ Roggen schroten und quellen lassen
- ☐ Nach 5 - 12 h mit übrigen Zutaten
- ☐ vermengen und mit Zitronensaft
abschmecken

