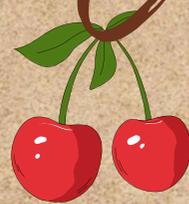


# Rezept Vorlage



## FRISCHKORN MÜSLI PFIRSICH



Getreideart und Mischung können bei Dir natürlich variieren



- 3 EL keimfähiger Hafer
- 1 Pfirsich, ½ Apfel
- 1 Orange
- 2 EL gehackte Nüsse nach Wahl
- 1 EL geschlagene Sahnet
- Hafer schroten und/oder quellen lassen
- Nach 5 - 12 h mit übrigen Zutaten
- vermengen (Bitte keimfähigen Hafer benutzen)

