

Mein Lieblings-Bircher-Müsli [TM]

Wichtig: Das Müsli immer am Abend zubereiten, damit es über Nacht durchziehen kann. Direkt nach dem Zubereiten ist es eher flüssig und die Haferflocken sind noch nicht aufgeweicht.

Zutaten:

- 35g ganze Haselnüsse
- 2 Äpfel
- 1 Birne (oder nen 3. Apfel)
- 220 kernige Haferflocken
- 500ml Vollmilch
- 500g Jogurt
- 1 EL Agavendicksaft (gibts im Edeka oder alternativ 2 TL Honig)
- 1/4-1/2 TL Zimt
- 1-2 TL Zitronensaft
- (Beeren, Samen, Obst, Gewürze zum Abschmecken und Variieren)

Zubereitung:

1. Haselnüsse im TM mahlen: 7 Sekunden auf Stufe 6 und in eine Schüssel umfüllen.
2. Äpfel und Birne mit Schale in grobe Stücke schneiden und im Mixtopf, 4 Sekunden auf Stufe 5-6 zerkleinern.
3. Alle restlichen Zutaten und die Nüsse dazugeben und mit Linkslauf ca. 15 Sekunden auf Stufe 4 vermischen.

Bäääm! Fertig ☺

Viel Freude und Genuss euch beim Frühstück oder zwischendurch,
Fräulein Kuchenzauber <3

