

GORILLA MÜESLI



Küchenmaterial

Schale, Messer, Schneidebrett, Löffel



Zutaten für 4 Personen

400 g saisonale Früchte nach Wahl (vgl. [Saisonkalender](#))
250 g Getreideflocken nach Wahl
2 Stk Joghurt nach Wahl
1 dl Pflanzendrink oder Milch
4 EL Baumnüsse, Mandeln, Kürbiskerne oder Sonnenblumenkerne

Zubereitung

Früchte klein schneiden, mit Joghurt, Milch, Getreideflocken und Nüssen/Kernen mischen.
Bei Bedarf mit Sultaninen oder Birnensaftkonzentrat (Birnel) süssen.



Verknüpfung:

- [GORILLA WAH-Unterrichtseinheiten](#)
- [Rookie-Rezept: Z'Morge-Muesli](#)
- [GORILLA Pausenkiosk](#)