

Kochen

Sabine Schütze

Dienstag, den 15.06.2021

Frühstücksbowl

Für 1 Person

Zutaten

1 Tasse Milch
3 EL Haferflocken
klein geschnittener Apfel
eine Handvoll gehackte Nüsse
1 TL Leinsamen

Zubereitung:

1. Den Apfel in kleine Stücken schneiden und in eine Schüssel geben.
2. Haferflocken, Nüsse und Leinsamen. Alles mit der Milch übergießen und genieße!