



2A

Haferflocken mit Heidelbeeren



Zubereitungszeit
5 minuten



Portionen
Voor 1 persoon

Zubereitungsart

- 1 Die Haferflocken gemäß der Anleitung auf der Verpackung zubereiten. Die Heidelbeeren hinzufügen und mit Zimt würzen.

Zutaten

- ☐ 1 Beutel PS. food & lifestyle havermout
- ☐ 100 g Heidelbeeren
- ☐ 1 TL Zimt

Nährwerte pro Person

Energie	145 kcal
Kohlenhydrate	10 g
Fett	1 g
Ballaststoffe	3 g
Eiweiß	20 g