



3

Himbeerjoghurt mit Granola und rotem Obst



Zubereitungszeit
5 minuten



Portionen
Voor 1 persoon

Zubereitungsart

- 1 Die Hälfte der Himbeeren zerdrücken und vorsichtig unter den griechischen Joghurt heben. Den Himbeerjoghurt in eine Schüssel schöpfen und das restliche Obst und die Granola darüber verteilen.

Zutaten

- ☐ 50 g PS. life granola nuts & seeds
- ☐ 150 g griechischer Joghurt 10% Fett
- ☐ 50 g Brombeeren
- ☐ 50 g Himbeeren

Nährwerte pro Person

Energie	524 kcal
Kohlenhydrate	20 g
Fett	39 g
Ballaststoffe	6 g
Eiweiß	16 g