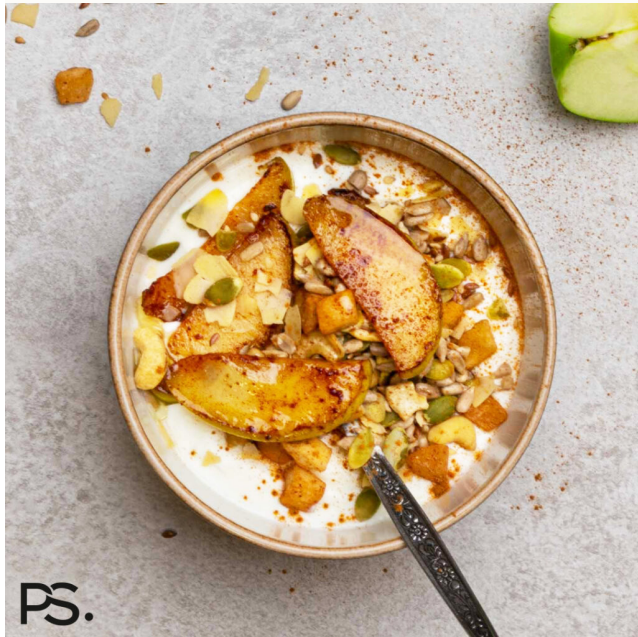




3

## Kokosjoghurt mit Granola und gebackenem Apfel



Zubereitungszeit  
10 minuten



Portionen  
Voor 1 persoon

### Zubereitungsart

- 1 Den Apfel in Scheiben schneiden und mit Zimt bestreuen. Die Butter in einer Pfanne erhitzen und die Apfelscheiben goldbraun und weich braten. Den Kokosjoghurt in eine Schüssel schöpfen und Müsli und gebratenen Apfel darüber verteilen.

### Zutaten

- ☐ 50 g PS. life granola nuts & seeds
- ☐ 150 g Kokosjoghurt, ungesüßt
- ☐ ½ Apfel
- ☐ 1 TL Butter
- ☐ Prise Zimt

### Nährwerte pro Person

|               |          |
|---------------|----------|
| Energie       | 631 kcal |
| Kohlenhydrate | 22 g     |
| Fett          | 54 g     |
| Ballaststoffe | 7 g      |
| Eiweiß        | 10 g     |