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**