

Wir essen um zu leben - Rezepte

Haferbrei (Müsli)

50 g Haferflocken in	GNM-Paket
110 ml Wasser kurz aufkochen mit	
$\frac{1}{2}$ Apfel oder $\frac{1}{2}$ Orange gewürfelt und	GNM-Paket
1 Esslöffel Rosinen mischen, verfeinern mit	GNM-Paket
1 Esslöffel Marmelade oder	GNM-Paket
1 Teelöffel Zucker und	GNM-Paket
2 Esslöffel Buttermilch	GNM-Paket

Einkaufsmenge reicht für 9 Portionen in diesem Monat

