



## Möhrenmüsli



### Zutaten für 4 Portionen

- 1 Birne und 1 Apfel
- 2 Möhren (200 g)
- 1 TL Zitronensaft
- 8 EL kernige Haferflocken
- 1 Becher fettarmer Joghurt

### bei Bedarf

- flüssigen Süßstoff oder 1 TL Zucker
- Kardamom oder Zimt

### Zubereitung

Die Birne und den Apfel putzen und in Stücke schneiden. Die Möhren schälen und fein raspeln. Joghurt mit Zucker oder Süßstoff nach Geschmack süßen. Die Haferflocken mit dem Joghurt vermischen und etwas durchziehen lassen.

Birnenstücke und Möhrenraspel mit der Joghurt-Haferflockenmischung abwechselnd in Gläser, z.B. Trinkgläser schichten, dabei mit Kardamom oder Zimt würzen.