



VITALMÜSLI MIT AMARANTH



QimiQ VORTEILE

- Cremige Konsistenz
- Bindet Flüssigkeit, daher kein Absetzen der Zutaten
- Unterstreicht den Eigengeschmack der Zutaten



15



leicht

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

125 g QimiQ Classic, ungekühlt

120 g Haferflocken

60 g Amaranth

40 g Leinsamen

40 g Walnüsse, grob gehackt

40 g Mandeln, grob gehackt

120 g Äpfel, gerieben

250 ml Apfelsaft

2 Msp. Zimt

1 Pkg. Vanillezucker

40 g Staubzucker

250 g Naturjoghurt

1 Zitrone(n), Saft und fein geriebene Schale

50 g Rosinen

1 Banane(n), geschält

100 g Erdbeeren, geviertelt

1 Orange(n), geschält

ZUBEREITUNG

1. Haferflocken, Amaranth, Leinsamen, Walnüsse und Mandeln in einer Pfanne ohne Fett leicht anrösten, in eine Schüssel geben und auskühlen lassen.
2. Geriebene Äpfel dazugeben und den Apfelsaft darüber gießen.
3. Ungekühltes QimiQ Classic glatt rühren. Amaranth-Apfel-Mischung und die restlichen Zutaten dazumischen.
4. Müsli in 4 Gläser oder Frühstücksschalen verteilen. Nach Belieben dekorieren und servieren.