

# Bircher Müsli

Für ca. 2 Personen

Für den Nusskrokant

2 EL Mandeln

2 EL Walnüsse

2 EL Haselnüsse

½ EL Traubenkernöl

50 g Puderzucker

½ TL Zimt

Salz

2 EL Honig

Für das Müsli

150 g Haferflocken

50 g Blütenzarte Haferflocken

300 ml Milch

2 EL Naturjoghurt

1 TL Rosinen

1 Apfel

Zitrone

1 TL Sonnenblumenkerne

Für den Nusskrokant alle Zutaten gut vermengen und auf ein mit Backpapier vorbereitetes Backblech geben. Die Nüsse etwa 6-8 Minuten bei 180°C im Ofen backen.

Für das Müsli alle Zutaten in eine Schüssel geben und gut vermengen. Den Apfel kann man reiben oder auch schneiden je nach belieben. Zum

Schluss etwas Saft einer halben Zitrone dazugeben und 2 EL vom leicht zerstoßenem Nusskrokant. Das Müsli sollte 1 Tag im Kühlschrank ziehen.

Viel Spaß und gutes Gelingen beim Nachkochen.