Email: kontakt@dr-johanna-budwig.de Tel: 0441 / 390 630-0 Web: www.dr-johanna-budwig.de



Veganes Budwig Müsli

Gesamtzeit: 5 min

Schwierigkeitsgrad: einfach

Portionen: 1

Kalorien p.P.: 398 kcal

Zutaten

1 Esslöffel Omega-3 Leinöl

150 ml Hafer- oder Mandelmilch

1 Mittelgroße(s) Apfel (Äpfel)

1 Esslöffel Korinthen

1 Esslöffel Linufit® Energiemix

4 Esslöffel Protein Porridge

Zubereitung

1. Budwig Porridge, Korinthen, Hafer- oder Mandelmilch und Dr. Budwig Omega-3 Öl in eine Schale geben und miteinander verrühren.

2. Den Apfel waschen, entkernen, würfeln und zusammen mit Dr. Budwig Linufit Energiemix auf das Müsli geben und genießen!