



Bewusst genießen..

New York Cheesecake Overnights Oats

Zutaten

5 EL kernige Haferflocken

1/2 TL Honig

200 ml Milch

frische Erd- und Blaubeeren

1 zerbröselter Vollkornkeks

3 EL Griechischer Joghurt

2 EL Frischkäse

Zubereitung

Für 1 Portion:

1. Alle Zutaten vermengen und über Nacht kalt stellen.
2. Am nächsten Morgen einige frische Erdbeeren oder Blaubeeren unterheben – fertig!