



Bewusst genießen..

Greek Yogurt Bowl mit Blaubeeren und Nüssen

Zutaten

| | |
|----------------------------|-----------------------------------|
| 200 g griechischer Joghurt | 15 g Chashewkerne |
| 1 TL Honig | 2 Erdbeeren |
| ¼ TL Vanilleextrakt | ½ Banane |
| ¼ Zitrone, gepresst | 25 g Blaubeeren |
| 10 g Pistazien | 55 g Haferflocken |
| 15 g Mandeln | 1 EL Kokosflocken für das Topping |

Zubereitung

1. Den Joghurt mit Honig, Vanilleextrakt und Zitronensaft vermischen.
2. Die Pistazien, Mandeln und Chashewkerne klein hacken und das Obst waschen.
3. Die Erdbeeren und die Banane in Scheiben schneiden und zusammen mit den Blaubeeren, Haferflocken und Kokosflocken auf den Joghurt geben.
4. Zum Schluss die gehackten Nüsse darüber streuen. Fertig!

Tipp: Sie können anstelle von Kokosflocken auch Chia- oder Leinsamen als Topping