

## Haferflocken-Topfen-Müsli

### Zutaten für 2 Portionen

250 g Topfen Halbfettstufe  
100 ml Milch  
100 g Vollkornhaferflocken  
100 g Himbeere frisch  
100 g Erdbeere frisch  
1 Vanilleschote  
40 g Honig  
30 g Pistazie frisch



### Zubereitung

Topfen mit Milch verrühren, Haferflocken unterziehen und kurz quellen lassen. Die Hälfte der Beeren pürieren und mit Honig und Vanillemark unter das Müsli mischen. Die restlichen Beeren auf dem Müsli verteilen und mit gehackten Pistazien bestreuen.

## Haferflocken-Apfel-Müsli

### Zutaten für 2 Portionen

250 g Apfel  
30 g Zitronensaft  
140 g Haferflocken Vollkorn  
250 g Buttermilch  
130 g Banane  
15 g Zucker  
30 g Haselnüsse

### Zubereitung

Äpfel grob raspeln und mit Zitronensaft beträufeln. Haferflocken mit Buttermilch verrühren und mit zerdrückter Banane unter den Apfelbrei mengen. Mit Zucker und gehackten Nüssen bestreuen.

**Guten Appetit!**