



Benötigte Zutaten

425 g **Premium Trinkjogurt Natur**

500 g Beeren

2 EL Walnüsse

Nusscrumble

30 g Kokosöl

30 g geriebene Walnüsse

20 g Vollkornmehl oder Kokosmehl

Mark einer Vanilleschote

etwas Zimt (optional)

Süßstoff oder Stevia nach Wahl

Jogurt-Beeren-Bowl

mit Nusscrumble

Anleitung

1. Für den Nusscrumble das kalte Kokosöl fein stückeln, mit den restlichen Zutaten verkneten und im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad Heißluft für 18 bis 20 Minuten knusprig backen.
2. Das SalzburgMilch Premium Trinkjogurt Natur mit zwei Dritteln der Beeren im Mixer fein pürieren.
3. Die Mischung in Gläser füllen. Mit Nuss-Crumble, Nüssen und frischen Beeren toppen.

Info:

* Himbeeren sind nicht nur rot und süß, sondern auch reich an Vitamin C und gesunden Pflanzenstoffen für Augen und Haut und aktivieren den Stoffwechsel.

* Walnüsse liefern gesunde Fette die das Immunsystem stärken, Nerven und Gehirn gesund halten.



Ein Rezept von cookingcatrin.at