



GRIESSKÖPFCHEN

Zutaten

- 125 ml Vollmilch
- 15 g Hartweizengriess
- 13 g Zucker
- 1 Prise Salz
- Zitronenzeste
- 1 ML = 17 g Moltein PLUS Vanille

Ergibt
1 Stück

Zubereitung

Vollmilch mit Zucker, Salz und Zitronenzeste aufkochen, Hartweizengriess einrühren. Kurz abkühlen lassen (Fingerprobe). Moltein untermischen, in Formen abfüllen. Dekorieren mit Fruchtpüree, geschnittenem Apfel und Sahne.

Nährwerte

Energie: 271 kcal
Protein: 13 g
Fett: 8 g
Kohlenhydrate: 36 g

