SNACK

MOLTEIN® PRO

BIRCHERMÜSLI MIT FRÜCHTEN UND NÜSSEN

Zutaten

- 20 ml Vollmilch
- 40 g Halbfettquark
- 2 ML = 34g Moltein PRO Kirsche-Amaretto
- 20 g Haferflocken oder gepuffter Dinkel
- 15 g Nüsse
- 1 Apfel, gerieben

Zubereitung

Quark und Milch mischen, Moltein hinzufügen. Je nach gewünschter Konsistenz zusätzlich Milch ergänzen. Haferflocken, Nüsse und geriebenen Apfel hinzufügen.

Nährwerte

Energie: 432 kcal
Protein: 34 g
Fett: 16 g
Kohlenhydrate: 35 g

OMANDA
MEDICAL NUTRITION