



Acai-Müsli-Bowl

<https://www.edeka.de/rezepte-ernaehrung/rezepte/rezeptsuche/acai-muesli-bowl.jsp>



Knuspermüsli mit Acai-Beeren und Joghurt.

Zutaten

Zutaten für: 2 Portionen

| Menge | Artikel | Unsere Empfehlung |
|---------|---------------|--------------------------------|
| 50 g | Blaubeeren | |
| 200 g | Joghurt | |
| 140 g | Vollkornmüsli | |
| 1 TL | Acai-Pulver | |
| 1 TL | Honig | EDEKA Bio Sonnenblumenhonig |
| 1 Stiel | Minze | |

Rezept: Ernährungsservice
Foto: EDEKA Zentrale AG & Co. KG

Rezeptinformation

Zutaten für: **2 Portionen**

Zubereitungszeit: **10 Min.**

Fertig in: **10 Min.**

Je Portion : **1591 kJ, 380 kcal, 48 g Kohlenhydrate, 10 g Eiweiß, 15 g Fett, 35 mg Cholesterin, 7 g Ballaststoffe**

Schwierigkeitsgrad: **einfach**

Zubereitung

1.) Für das Beerentopping die frischen Beeren einen Tag vorher waschen, abtropfen lassen und in das Tiefkühlfach legen.

2.) Den Joghurt zusammen mit dem Acai-Pulver und dem Honig in den Mixer geben. Für 1-2 Minuten mixen, bis sich das Acai-Pulver vollständig im Joghurt gelöst hat. Das Vollkorn Müsli auf zwei Frühstücksschälchen verteilen und jeweils mit Joghurt befüllen.

3.) Die gefrorenen Beeren sowie einige Minzblätter hinzugeben und genießen.

Tipp: Entdecken Sie diese köstlichen oder unsere weiteren wie z.B. unser und dieses Rezept für ! Machen Sie Ihrem Lieblingsmenschen eine Freude und überraschen Sie ihn am Valentinstag mit Frühstück ans Bett. Weitere finden Sie hier! Probieren Sie auch weitere Rezepte mit Müsli, zum Beispiel Kathis Rezept für selbstgemachtes ! Entdecken Sie unsere Tipps und Rezepte für und alles Wissenswerte zum Thema !

Küchenutensilien



EDEKA zuhause Salatschalen: Robust und stabil für den täglichen Einsatz Ideal für Kaltes und Warmes Aus Kunststoff in Glasoptik durch 2-Komponenten-Technik Perfekt für das stilvolle Servieren von frischen Salaten, Desserts, Obst und Gebäck