



Herbstfrühstück mit Apfel und Mandeln

Das Frühstück gegen den Herbstblues - mit der Alpro Soja-Joghurtalternative

Natur mit Mandeln

Zubereitung

1. Den Apfel zerkleinern und mit dem Zimt, dem braunen Zucker und dem Soja Brotaufstrich / der Margarine vermengen. 5 Minuten lang im Ofen backen.
2. Die Hälfte der Soja-Joghurtalternative auf zwei Gläser verteilen.
3. Nun im Wechsel das Knuspermüsli, etwas Apfel und die Soja-Joghurtalternative schichten bis alle Zutaten aufgebraucht sind.
4. Guten Appetit!


2 Portionen


10min

Zutaten

- 200 g Alpro Soja-Joghurtalternative Natur mit Mandeln
- 1 TL Alpro Soja Brotaufstrich
- 1 süßer Apfel
- 1 TL Zimt, gemahlen
- 1 TL brauner Zucker
- 100 g Knuspermüsli

Zubereitet mit

Natur mit Mandeln



Soja-Brottaufstrich

