

Trinkmüsli mit Buttermilch und Erdbeeren



5 Min.

Zutaten für eine Portion

- 1 Flasche **Nutricomp® Drink Plus Fibre (Neutral, 200 ml)**
- 1 Sachet **My®Nutricomp Würzmischung (Erdbeer Panna cotta)**
- 100 g Erdbeeren
- 100 g Buttermilch oder Kefir
- 1 EL zarte Haferflocken
- 1 EL Ahornsirup oder 1 bis 2 TL Honig
- Einige Tropfen Bio-Zitrone

NÄHRSTOFFGEHALT PRO REZEPT

Energie	552 kcal / 2311 kJ
Protein	19 g
Fett	14 g
Kohlenhydrate	84 g

Zubereitung

Die Erdbeeren putzen, waschen und vierteln. Dabei eine schöne Erdbeere zur Dekoration übrig lassen.

Erdbeeren, Buttermilch, **Nutricomp® Drink Plus Fibre**, **My®Nutricomp Würzmischung (Erdbeer Panna cotta)**, Haferflocken, Ahornsirup, Zitronensaft und -abrieb in einen hohen Rührbecher füllen.

Mit dem Stabmixer pürieren. Nach Belieben mit Wasser etwas verdünnen und mit Ahornsirup oder Honig süßen.

Anrichten

In ein Glas füllen und an den Rand des Glases eine Erdbeere stecken. Wenn von der **My®Nutricomp Würzmischung** eine Prise zurück behalten wird, kann diese Gewürzmischung beim Anrichten dekorativ auf den Drink gestreut werden.

i Tipp

Dieses Rezept ergibt eine relativ große Menge von 400 g, es hält sich jedoch mehrere Stunden bis zu einem Tag im Kühlschrank. So muss es nicht auf einmal verzehrt werden, sondern kann über einen längeren Zeitraum genossen werden.

Das Müsli dickt mit der Zeit etwas nach. Deshalb zum Verdünnen nach Belieben etwas Wasser oder Buttermilch hinzufügen.

