

Original-Birchermüesli

EINFACH

Vor- und zubereiten: ca. 10 Min.

Einweichen: ca. 12 Std.

für 1 Person

**1 Esslöffel feine
Haferflocken (ca. 8 g)**

3 Esslöffel Wasser

Haferflocken mit Wasser in einer Schüssel mischen.
Zugedeckt ca. 12 Std. einweichen.

1 Esslöffel Zitronensaft

½ Orange, nur Saft

**200 g Äpfel (z. B. Jonathan),
mit der Schale**

**1 Esslöffel Haselnüsse
oder Mandeln, gerieben**

1. Zitronen- und Orangensaft mit den eingeweichten Haferflocken gut verrühren. **2.** Äpfel an der Bircherraffel direkt in die Haferflockenmasse reiben, dabei immer wieder umrühren. Nüsse darüber streuen und sofort servieren.

