

## Rezept

# Bircher Müsli Apfel-Zimt

Ein Rezept von Bircher Müsli Apfel-Zimt, am 11.06.2026

## Zutaten

<b>4 EL</b> blütenzarte Haferflocken	<b>1 Msp.</b> Zimtpulver
<b>1</b> Apfel	<b>1 TL</b> Zitronensaft
<b>1</b> Birne	<b>150 g</b> Vollmilchjoghurt
<b>4 EL</b> flüssiger Honig	nach Belieben Zimt zum Bestäuben

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 140 kcal

## Zubereitung

1. Haferflocken und Zimt vermischen. In 125 ml kaltes Wasser einrühren und die Flocken zugedeckt über Nacht im Kühlschrank quellen lassen.

---

2. Apfel und Birne waschen, vierteln und entkernen. Den Apfel grob reiben und mit Zitronensaft beträufeln. Mit dem Joghurt unter die Haferflocken rühren. Die Birne in Würfel schneiden. Das Müsli in Portionen teilen und mit Birnenwürfeln bestreuen. Honig darüberträufeln. Nach Belieben mit Zimt bestäuben.