

Rezept

Dattel-Zimt-Müsli

Ein Rezept von Dattel-Zimt-Müsli, am 24.06.2026

Zutaten

2 EL Haselnusskerne	6-7 EL gemischte Getreideflocken (ca. 50 g)
1/2 TL Zimtpulver	8 getrocknete Datteln
1 Becher Soja-Joghurt "natur" (150 g)	1 EL Honig

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Person | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 632 kcal

Zubereitung

1. Die Haselnusskerne grob hacken und in einer kleinen Pfanne ohne Fettzugabe unter Wenden kurz hellbraun rösten. Anschließend mit den Getreideflocken und dem Zimtpulver mischen.

2. Die Datteln entkernen und klein schneiden. Den Soja-Joghurt mit dem Honig verrühren. Alles zusammen anrichten.