Rezept

# Dattel-Zimt-Müsli

Ein Rezept von Dattel-Zimt-Müsli, am 12.10.2024

## Zutaten

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