

#### Rezept

# Dattel-Zimt-Müsli

Ein Rezept von Dattel-Zimt-Müsli, am 18.05.2025

#### **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)

**1EL** 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.