

Rezept

Hafermüsli mit Kürbiskernen

Ein Rezept von Hafermüsli mit Kürbiskernen, am 28.06.2026

Zutaten

4 EL Kürbiskerne

2 EL Rosinen

8 EL Instant-Haferflocken

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Portionen ab 10. Monat | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min
Pro Portion Ca. 140 kcal

Zubereitung

1. Die Kürbiskerne in einem Blitzhacker ganz fein mahlen und anschließend mit den Haferflocken mischen.
-
2. Die Rosinen eventuell noch etwas kleiner schneiden und zum Müsli geben.