

FRÜHSTÜCK MIT ENVY™ UND QUINOA

FÜR 1 PORTION

ZUBEREITUNGSZEIT: 30 MIN.

ZUTATEN

- 1 Tasse gekochter Quinoa
- 1/2 Envy™ Apfel
- 1/4 Tasse Milch
- 1/2 TL Zimt
- 1/4 Tasse gehackte Pekannüsse
- 1 TL flüssiger Honig oder Agavendicksaft



ZUBEREITUNG

Zubereitung des Quinoas gemäss Verpackungsbeigabe. Währenddessen die Apfelhälfte in mundgerechte Stücke schneiden. Die Milch in einer Pfanne oder der Mikrowelle aufwärmen.

Die zubereitete Portion Quinoa in eine Schüssel geben und die Milch hinzufügen. Anschliessend den Zimt, die Pecannüsse und den Honig begeben. Abschliessend gut vermengen und warm geniessen. Guten Appetit.

