



Muesli Rabarber ontbijtje

Ingrediënten:

150 gr rabarber
2 el rode bessen
150 ml geiten yoghurt
1 el honing (optie)
50 muesli
6 el geiten melk
2 tl zonnebloempitjes
1 tl maanzaad

Bereiding:

Maak de rabarber schoon. Doe de stukken rabarber met de rode bessen in een pan en kook er een brij van. Laat het afkoelen. (Vind je het echt te zuur, voeg dan wat honing of stevia druppeltjes toe).

Doe de yoghurt met muesli in een kom. Roer de honing door de yoghurt, vervolgens de muesli en de geitenmelk. Schep het rabarber mengsel op de yoghurt en bestrooi het met de zonnebloempitjes en maanzaad.

