



Ölz Dinkel Zopf als Vitalmüsli

Frühstücks Rezept



Zutaten

200 g Ölz Dinkel Zopf
200 g frische Ananas geschält in 1 cm Würfel
geschnitten
200 g Boskop Äpfel geschält, entkernt und in kleine
ca. 1 cm Würfel geschnitten
100 g Mango geschält, in ca. 1 cm Würfel geschnitten
2 EL Korinthen (ersatzweise Rosinen)
100 g griechisches Joghurt
80 g brauner Zucker
100 g knusprige Dinkelflocken

Zubereitungszeit

8 min

1. Ölz Dinkel Zopf in Scheiben schneiden, kurz toasten und in ca. 1,5 cm große Würfel schneiden. Ölz Dinkel Zopf Würfel, Ananas, Äpfel, Mango und Korinthen mischen und auf 4 kleine Schüsseln verteilen.

2. Mit griechischem Joghurt, dem braunen Zucker und den knusprigen Dinkelflocken anrichten und garnieren.

Tipp von Thomas Dorfer:

„Ich bevorzuge für dieses Müsli lieber Korinthen gegenüber Rosinen. Korinthen sind kleiner, sehr saftig und haben in diesem Müsli einen wunderbar süßen Effekt. Das Ölz Dinkel-Vitalmüsli eignet sich ideal zur Resterl-Verwertung von einem übrig gebliebenen Ölz Dinkel Zopf.“

Guten Appetit wünscht Thomas Dorfer

