



## **BCT Zmorge Glutenfrei** von [segura.yves@gmail.com](mailto:segura.yves@gmail.com)

Mengen für 1 Personen

abwechslungsreiches Frühstück, mittlere Preisklasse, kleiner Aufwand

70 g Brot	Glutenfrei
10 g Butter	
20 g Konfitüre	
7.5 g Cornflakes	Glutenfrei
7.5 g Knuspermüesli	Glutenfrei
15 g Jogurt	
2 dl Milch	

keine