

Müesli von Kilian Schlunegger

Mengen für 10 Personen

Flocken, Leinsamen und Chiasamen am Vorabend im Wasser einweichen

100 g Zwetschgen
200 g Aprikosen
200 g Bananen
200 g Nektarinen
500 g Birchermüesli
500 g Beeren (gefroren)
200 g Pfirsich
100 g Kürbiskerne
100 g Sonnenblumenkerne
2.5 dl Milch
1.0 dl Olivenöl
1.0 kg Apfelmus
250 g Kochschokolade
100 g Cashewnüsse
100 g Baumnüsse
200 g Leinsamen
100 g Salatkernmix
200 g Nature Joghurt
2 Liter Wasser

Olivenöl kann gut mit einem anderen Öl ausgetauscht werden. Vegan: Milch und Joghurt durch Alternativprodukte ersetzen