

Müesli von Kilian Schlunegger

Mengen für 15 Personen

Flocken, Leinsamen und Chiasamen am Vorabend im Wasser einweichen

150 g Zwetschgen
300 g Aprikosen
300 g Bananen
300 g Nektarinen
750 g Birchermüesli
750 g Beeren (gefroren)
300 g Pfirsich
150 g Kürbiskerne
150 g Sonnenblumenkerne
3.75 dl Milch
1.5 dl Olivenöl
1.5 kg Apfelmus
375 g Kochschokolade
150 g Cashewnüsse
150 g Baumnüsse
300 g Leinsamen
150 g Salatkernmix
300 g Nature Joghurt
3 Liter Wasser

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