



## Z' morge von Sven Ruf

Mengen für 9 Personen

abwechslungsreiches Frühstück, mittlere Preisklasse, kleiner Aufwand

900 g Brot

67.5 g Butter

135 g Konfitüre oder Honig als Abwechslung

81 g Cornflakes

45 g Jogurt

9 dl Milch

1.08 Liter Orangensaft

45 g Schoggipulver (OVO)

180 g Lyonerwurst oder anderes Fleisch

90 g Käsescheiben

keine