

FAMILIENHÄPPCHEN

Bananenjoghurt

Zutaten für 2 Portionen:

- 1 Banane
- 2 Griechische Nature Joghurt
- flüssigen Honig
- 1 Handvoll Mandelsplitter

Die Bananen schälen und schneiden, ins Glas geben und mit Honig beträufeln – je nachdem wie süß ihr es mögt, mehr oder weniger. Das Joghurt in das Glas löffeln und Mandelsplitter darüber streuen.

Tipp 1: Die Mandelsplitter schmecken am besten, wenn man sie – ohne Zugabe von Fett - vorher kurz röstet.

Tipp 2: Wer es reichhaltiger mag, gibt noch ein paar Haferflocken oder etwas Granola dazu.