3 Vegetarian

# Griechischer Joghurt mit gebratenem Apfel und Granola

Zubereitungszeit
10 minuten

Portionen
Voor 1 persoon

## Zubereitungsart

1. Den Apfel in Scheiben schneiden und beide Seiten mit Zimt bestreuen. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Apfelscheiben ca. 5 Minuten braten. Den griechischen Joghurt in eine Schüssel schöpfen und Apfelscheiben und Granola darüber verteilen.

## Zutaten

- [ ] 50 g PS. life granola nuts & seeds
- [ ] 150 g griechischer Joghurt 10% Fett
- [ ] 100 g Apfel
- [ ] ½ EL Olivenöl
- [ ] Prise Zimt

## Nährwerte pro Person

| | |
|---|---|
| Energie | **596 kcal** |
| Kohlenhydrate | **29 g** |
| Fett | **44 g** |
| Ballaststoffe | **6 g** |
| Eiweiß | **15 g** |