



Chia-Jogurt Mango-Vanille mit Granola

15 min Zubereitungszeit + 2 Stunden Quellzeit

Zutaten für 2 Portionen:

<u>Für den Chia-Jogurt:</u>
250 g ANDECHSER NATUR Bio-Jogurt mild Mango-Vanille
100 ml ANDECHSER NATUR Bio-Milch
30 g Bio-Chiasamen
1 reife Bio-Mango

Für das Granola:

100 g grobe Haferflocken 40 g Honig oder Agavendicksaft 20 g Kokosöl, geschmolzen 10 g gepuffter Quinoa ½ TL gemahlene Vanille



So geht's

- 1. **ANDECHSER NATUR Bio-Jogurt mild Mango-Vanille** mit Milch und Chiasamen verrühren. 2 Stunden oder über Nacht im Kühlschrank quellen lassen.
- 2. Für das Granola Backofen auf 190° C Umluft vorheizen.
- 3. Alle Zutaten vermischen und auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen.
- 4. Im vorgeheizten Backofen ca. 10 15 Minuten backen. Sobald das Granola anfängt leicht braun zu werden, ist es fertig.

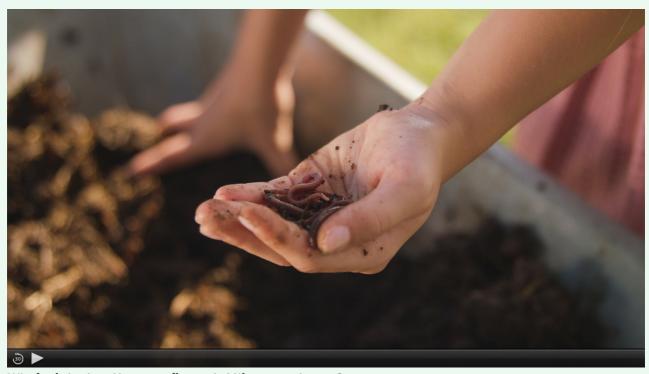
- 5. Auf dem Backblech komplett auskühlen lassen und dann in grobe Stücke bröseln.
- 6. Die Mango in kleine Würfel schneiden.
- 7. Den Chia-Jogurt mit der frischen Mango und nach Belieben mit dem Granola servieren.

Der ANDECHSER NATUR Bio-Standard

Was gehört zu einer artgerechten Tierhaltung?



Warum ist ein gesunder Boden so wichtig?



Wie funktioniert Humusaufbau mit Mikroorganismen?



Was ist muttergebundene Kälberaufzucht?

