Chia-Jogurt Mango-Vanille mit Granola

15 min Zubereitungszeit + 2 Stunden Quellzeit

Zutaten für 2 Portionen:
Für den Chia-Jogurt:
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
¼ 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.

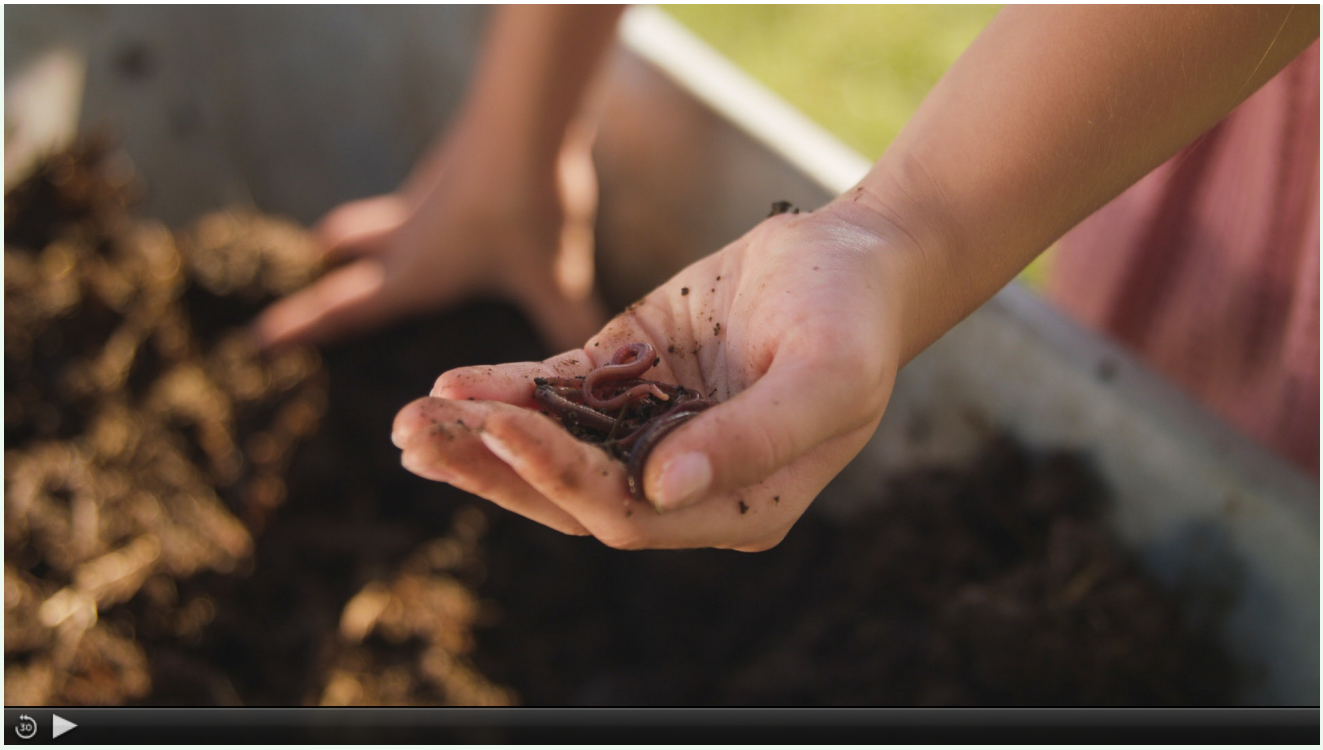
6. Die Mango in kleine Würfel schneiden.

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?