



## Frühstücksmuffins mit Beeren und Heidelbeerjogurt

Zubereitungszeit: 30 Minuten

## Zutaten für 10 Muffins:

2 reife Bananen

200 g Haferflocken

1 TL Backpulver

1 TL Zimt

150 ml ANDECHSER NATUR Frische Bio-Milch 3,8% Fett

40 g Honig

150 g frische Beeren (z.B. Himbeeren und Blaubeeren)

250 g ANDECHSER NATUR demeter Jogurt mild Heidelbeere 3,8% Fett



## So geht's

- 1. Zunächst den Backofen auf 180 °C Umluft vorheizen.
- 2. Bananen, Haferflocken, Backpulver, Zimt, die ANDECHSER NATUR Frische Bio-Milch 3,8% Fett und den Honig in einen Mixer oder Zerkleinerer geben und mixen bis ein homogener Teig entsteht -die Haferflocken können ruhig noch etwas kernig sein für mehr Biss.
- 3. Anschließend vorsichtig die Beeren unter den Teig heben und diesen dann auf 10 Muffinförmchen verteilen.
- 4. Die Frühstücksmuffins für etwa 20 Minuten backen, aus dem Ofen nehmen und

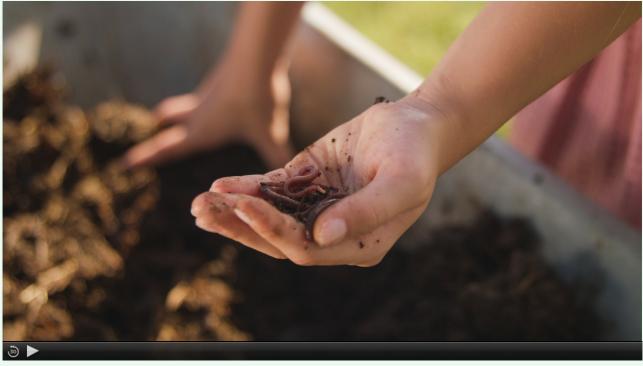
leicht abkühlen lassen. Noch lauwarm mit ANDECHSER NATUR demeter Jogurt mild Heidelbeere toppen und servieren.

## **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?

