

Einkaufsliste

Hirsebrei mit Apfel und Baumnüssen

2 Portionen

☐

2.5 dl Biofarm Hafergetränk

☐

1.5 EL Biofarm Vollrohrzucker

☐

120 g Biofarm Goldhirse

☐

2.5 dl Wasser

☐

1 Biofarm Apfel

☐

½ EL Biofarm Raps-Bratöl

☐

2 EL Biofarm Baumnusskerne

☐

Salz

☐

Zimt

☐

1 EL Zitronensaft

☐