

23
Portionen

simplyfree
TRADITION

Mein Lieblings
BIRCHER MÜSLI
TYP KLASSISCH



FRUCHTIG - NUSSIG

Serviervorschlag

Nur Milch zugeben ✓ | Handwerksqualität aus Deutschland ✓

1150g

Bircher Müsli

Zubereitung

50g Bircher Müsli + 100ml Milch
+ (1 kleiner Apfel für mehr Frische)



Marcel Trein



1. Anrühren

Milch über die Mischung gießen und alles gut umrühren, bis das Müsli gleichmäßig mit der Milch bedeckt sind.



2. Quellen

Bircher Müsli für etwa 10 Minuten ziehen lassen.



3. Verfeinern

Apfel gründlich waschen und klein reiben. Bircher Müsli in eine Schüssel geben, den Apfel hinzufügen und genießen.

TIPP: Wenn du möchtest, kannst du das Müsli vor dem Servieren mit Nüssen, Früchten oder Joghurt verfeinern.

simplyfree Einfach, frisch & lecker!

Nährwerte	pro 100g (mit 1,5% Milch) zubereitet	Zutaten: 50% Vollkorn-HAFERflocken, 10% Sultaninen, 6% HASELNÜSSE gehackt, 6% Dattel getrocknet gehackt (Datteln, Reismehl), HAFERkleie, 5% Apfel getrocknet gehackt (Apfel, Reismehl), 3% MANDELN gehackt, 3% Cranberries getrocknet (Cranberries, Zucker, Reismehl, Sonnenblumenöl), Leinsaat, Plantago-Samen.
Energie	384kJ / 91kcal	
Fett	0,9g	
davon gesättigte Fettsäuren	0,2g	
Kohlenhydrate	17g	
davon Zucker	9,5g	
Ballaststoffe	2,9g	
Eiweiß	1,8g	
Salz	0,07g	

Hergestellt in einem Betrieb in dem auch Ei, Milch, Schalenfrüchte, Erdnüsse, Sesam, Soja, Lupine, Gluten und daraus gewonnene Erzeugnisse verarbeitet werden.

(Alle Angaben unterliegen den bei Naturprodukten üblichen Schwankungen.)
Füllhöhe technisch bedingt.
Ungeöffnet mindestens haltbar bis: Siehe Aufdruck.
Birchermüsli kühl, dunkel und trocken lagern.

OFT LÄNGER GUT
Retten Sie Lebensmittel
SCHAUEN - RIECHEN - SCHMECKEN

1150g

Müsli



Jetzt nachbestellen:
0800 29 888 88
0800 27 888 88

Viele weitere körperbewusste Lebensmittel finden Sie auf www.simplyfree.shop
Ein Qualitätsprodukt der Innoport GmbH / Seeholzstr. 2 b / 82166 Gräfelfing / Deutschland



463078001

simplyfree®

Mein Lieblings

BIRCHER MÜSLI
TYP SCHOKO - BANANE



CREMIG - SCHOKOLADIG

Serviervorschlag

Nur Milch zugeben ✓ | Handwerksqualität aus Deutschland ✓

1150g

Bircher Müsli

Zubereitung

50g Bircher Müsli Schoko-Banane + 100ml Milch (1,5% Fett)
+ 1 Banane geschält (100g) für mehr Frische



Marcel Trein



1. Anrühren

Milch über die Mischung gießen, bis das Müsli bedeckt ist.



2. Ziehen lassen

Bircher Müsli für etwa 10 Minuten ziehen lassen.



3. Verfeinern

Frische Bananen in das Müsli schneiden und genießen.

TIPP: Gib deinem frischen Birchermüsli gerne über Nacht im Kühlschrank Zeit zu ziehen. Diese Variante macht den Hafer noch bekömmlicher.

simplyfree Einfach, frisch & lecker!

Nährwerte	pro 100g zubereitet lt. Rezept.	Zutaten: 79% Vollkorn-HAFERflocken, 7,2% VollMILCH-Schokoladenplättchen (Zucker, Kakao, VollMILCHpulver, Kakao, Butter, Emulgator: Sonnenblumen Lecithin), 3% HASELNÜSSE geröstet, Zucker, 2,4% Bananenpulver gefriergetrocknet, Leinsamen, 1,2% Bananenstücke gefriergetrocknet, 1,2% Kakaogranulat (Zucker, stark entöltes Kakaopulver, Emulgator: Sonnenblumen Lecithin, Salz), Sonnenblumenöl, Plantago-Samen.
Energie	418kJ / 99kcal	
Fett	0,8g	
davon gesättigte Fettsäuren	0,5g	
Kohlenhydrate	20g	
davon Zucker	9,9g	
Ballaststoffe	2,6g	
Eiweiß	1,8g	
Salz	0,1g	

Hergestellt in einem Betrieb in dem auch Ei, Milch, Schalenfrüchte, Erdnüsse, Sesam, Soja, Lupine, Gluten und daraus gewonnene Erzeugnisse verarbeitet werden.

(Alle Angaben unterliegen den bei Naturprodukten üblichen Schwankungen.)
Füllhöhe technisch bedingt.
Ungeöffnet mindestens haltbar bis: Siehe Aufdruck.

OFT LÄNGER GUT
Retten Sie Lebensmittel
SCHAUEN - RIECHEN - SCHMECKEN

1150g

Müsli



Jetzt nachbestellen:
0800 29 888 88
0800 27 888 88

Viele weitere körperbewusste Lebensmittel finden Sie auf www.simplyfree.shop
Ein Qualitätsprodukt der Innoport GmbH / Seeholzstr. 2 b / 82166 Gräfelfing / Deutschland
Kontakt: support@train-group.com

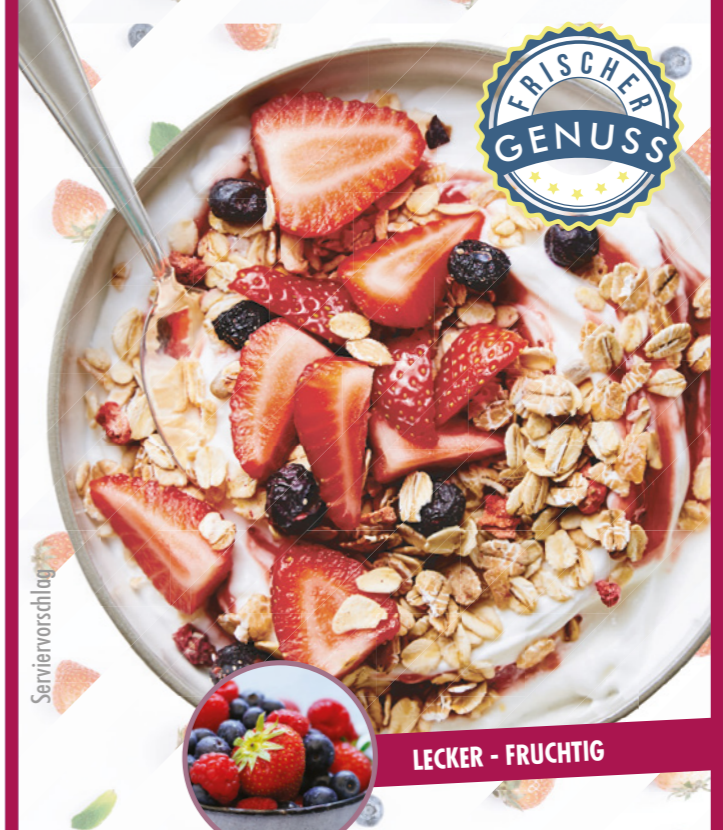


463078002

simplyfree®

Mein Lieblings

BIRCHER MÜSLI
TYP BEEREN - MIX



LECKER - FRUCHTIG

Serviervorschlag

Nur Milch zugeben ✓ | Handwerksqualität aus Deutschland ✓

1150g

Bircher Müsli

Zubereitung

50g Bircher Müsli Beeren-Mix + 100ml Milch (1,5% Fett)
+ 1 handvoll Erdbeeren (50g) für mehr Frische



Marcel Trein



1. Anrühren

Milch über die Mischung gießen, bis das Müsli bedeckt ist.



2. Ziehen lassen

Bircher Müsli für etwa 10 Minuten ziehen lassen.



3. Verfeinern

Frische Beeren in das Müsli geben und genießen.

TIPP: Gib deinem frischen Birchermüsli gerne über Nacht im Kühlschrank Zeit zu ziehen. Diese Variante macht den Hafer noch bekömmlicher.

simplyfree Einfach, frisch & lecker!

Nährwerte	pro 100g, zubereitet lt. Rezept.	Zutaten: 77% Vollkorn-HAFERflocken, 6% Sauerkirchen getrocknet, Kürbiskerne, Zucker, 2% HAFERkleie, 2% Himbeeren gefriergetrocknet, 1% Heidelbeeren gefriergetrocknet, Sonnenblumenöl, natürliches Aroma.
Energie	374kJ / 89kcal	
Fett	1,0g	
davon gesättigte Fettsäuren	0,5g	
Kohlenhydrate	16g	
davon Zucker	5,5g	
Ballaststoffe	2,8g	
Eiweiß	2,2g	
Salz	0,1g	

Hergestellt in einem Betrieb in dem auch Ei, Milch, Schalenfrüchte, Erdnüsse, Sesam, Soja, Lupine, Gluten und daraus gewonnene Erzeugnisse verarbeitet werden.

(Alle Angaben unterliegen den bei Naturprodukten üblichen Schwankungen.)
Füllhöhe technisch bedingt.
Ungeöffnet mindestens haltbar bis: Siehe Aufdruck.

OFT LÄNGER GUT
Retten Sie Lebensmittel
SCHAUEN - RIECHEN - SCHMECKEN

1150g

Müsli



Jetzt nachbestellen:
0800 29 888 88
0800 27 888 88

Viele weitere körperbewusste Lebensmittel finden Sie auf www.simplyfree.shop
Ein Qualitätsprodukt der Innoport GmbH / Seeholzstr. 2 b / 82166 Gräfelfing / Deutschland
Kontakt: support@train-group.com



463078003