

VORTEILSGRÖSSE

simplyfree®

Mein Lieblings BIRCHER MÜSLI TYP KLASSISCH



FRÜCHTIG - NUSSIG

Nur Milch zugeben ✓

Handwerksqualität aus Deutschland ✓

1500g

Bircher Müsli

Zubereitung

50g Bircher Müsli + 100ml Milch (1,5% Fett)
+ 1 kleiner Apfel (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

Frischen Apfel in das Müsli reiben 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.
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

Zutaten: 60% Vollkorn-HAFERflocken, 10% Sultaninen, 6% HASELNÜSSE gehackt, 6% Datteln getrocknet gehackt (Datteln, Reismehl), 6% HAFERkleie, 5% Apfel getrocknet gehackt (Apfel, Reismehl), 3% MANDELN gehackt, 3% Cranberries getrocknet (Cranberries, Zucker, Reismehl, Sonnenblumenöl), Leinsaat, Plantago-Samen.

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

Birchermüsli kühl, dunkel und trocken lagern.

(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

1500g

Müsli



Jetzt nachbestellen:
0800 29 888 88
0800 27 888 88



470688001

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

VORTEILSGRÖSSE

simplyfree®

Mein Lieblings BIRCHER MÜSLI TYP SCHOKO - BANANE



CREMIG - SCHOKOLADIG

Nur Milch zugeben ✓

Handwerksqualität aus Deutschland ✓

1500g

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.
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

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 Kakao, Emulgator: Sonnenblumen Lecithin, Salz), Sonnenblumenöl, Plantago-Samen.

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

Birchermüsli kühl, dunkel und trocken lagern.

(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

1500g

Müsli



Jetzt nachbestellen:
0800 29 888 88
0800 27 888 88



470688002

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

VORTEILSGRÖSSE

simplyfree®

Mein Lieblings BIRCHER MÜSLI TYP BEEREN - MIX



LECKER - FRÜCHTIG

Nur Milch zugeben ✓

Handwerksqualität aus Deutschland ✓

1500g

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.
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

Zutaten: 77% Vollkorn-HAFERflocken, 6% Sauerkirchen getrocknet, Kürbiskerne, Zucker, 2% HAFERkleie, 2% Himbeeren gefriergetrocknet, 1% Heidelbeeren gefriergetrocknet, Sonnenblumenöl, natürliches Aroma.

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

Birchermüsli kühl, dunkel und trocken lagern.

(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

1500g

Müsli



Jetzt nachbestellen:
0800 29 888 88
0800 27 888 88



470688003

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