



Boodschappenlijst

Bircher muesli

Voor 2 personen

☐ 100 gr havervlokken

☐ 200 ml volle melk

☐ 150 gr volle yoghurt

☐ 2 appels

☐ 1 el honing

☐ 1 el citroensap

☐ 40 gr gehakte hazelnoten of amandelen

☐ 50 gr verse bessen

☐ 0,5 kl kaneel