

REZEPT

Skyr Smoothie Bowl



Die Skyr-Smoothie-Bowl von Arla Professional: ein guter Start in den Tag / Foto: Arla Professional

Ein ausgewogenes Frühstück mit Apfel, Waldbeeren, Honig, Müsli und Mohn, das den Tag gut beginnen lässt.

Zutaten für 12 Portionen: 2,7 kg Arla Skyr Natur, 12 Äpfel, 1,2 kg Haferflocken, fein, 1,2 kg Beerenmischung, tiefgekühlt, 300 g Müsli, 12 Esslöffel Mohn, 10 Esslöffel Honig

Zubereitung:

Äpfel waschen, vierteln und Kerngehäuse entfernen. Die Hälfte der Äpfel zur Seite stellen, den Rest grob würfeln und mit Arla Skyr Natur, den Haferflocken und 4 EL Honig im Mixer fein pürieren. Skyr Smoothie auf 12 Schalen verteilen und 5 Minuten andicken lassen. Die verbliebene Hälfte der Äpfel in feine Scheiben schneiden. Skyr Smoothie Bowl mit den Apfelscheiben, Müsli, Beeren und Mohn attraktiv anrichten und je Schale zirka einen halben EL Honig über Obst und Müsli träufeln.