

Knusper dich fit: Granola Breakfast Tartes mit Joghurt und Beeren

VORBEREITEN

40
Min.

ZUBEREITEN

10
Min.

NIVEAU



Zutaten für 4 Mini-Tartes

Für den Boden

140 g Haferflocken
110 g geraspelte Mandeln
20 g Kokosöl
3 Esslöffel Ahornsirup
1 Teelöffel Vanilleextrakt
1 Prise(n) Salz

Für das Topping

230 g griechischer Joghurt
1/2 Teelöffel Vanilleextrakt
1 Esslöffel Ahornsirup
60 g gemischte Beeren

Besonderes Zubehör

Tarteform

- 1 -

Backofen auf 170 °C vorheizen. Tarteformen einfetten.

- 2 -

Haferflocken und Mandeln zerkleinern. Mit Kokosöl, Ahornsirup, Vanilleextrakt und Salz zu einem krümeligen Teig vermengen.

- 3 -

Teig mit den Händen in die Tarteformen drücken, dabei einen Rand hochziehen. Im heißen Ofen ca. 15 Minuten backen, auskühlen lassen.

- 4 -

Für das Topping Joghurt, Vanilleextrakt und Ahornsirup vermengen.

- 5 -

Ein Löffel Joghurtcreme auf den Tartes verteilen und mit Beeren dekorieren.

Guten Morgen!!! Findest du nicht? Du bist müde, hungrig und antriebslos? Dann brauchst du jetzt erstmal ein gesundes Müsli! Und einen frischen Joghurt! Und saftige Beeren! Und ein klein wenig Süße! Was du brauchst sind diese köstlich frischen Granola Tartes mit einem knusprigen Haferflocken-Mandel-Teig ... Da klappt es auch mit dem "Guten Morgen"!