



Cottage Cheese

BIRCHERMÜESLI

Durée : env. 10 min.
Pour 4 personnes

- 100g flocons d'avoine ou flocons d'épeautre
- 2 dl lait
- 180g yoghourt nature
- 200g HIRZ cottage cheese nature
- 2 cs miel liquide
- 1 cc jus de citron
- 2 pommes râpées grossièrement (râpe à roestis)
- 1 banane en fines tranches
- 4 dattes coupées finement
- 250g de baies mélangées, p. ex. framboises, myrtilles pour la garniture

1 Mélanger les flocons avec le lait, le yoghourt et le cottage cheese puis laisser gonfler un moment.

2 Ajouter les autres ingrédients et mélanger le tout. Dresser le birchermüesli dans des coupes, décorer avec le reste des baies.