Overnight Oats.

5 Min.	480 Min.	einfach
Arbeitszeit	Gesamtzeit	Aufwand

Zutaten für: 2 Portion(en)

- 100 g **zarte Haferflocken**
- 250 ml **Milch (z.B. Naturgut)**
- 90 g **Naturjoghurt**
- 1,0 EL **Blütenhonig**

Zubereitung:

1. Haferflocken, Milch, Joghurt und Honig verrühren.
2. Masse in ein passendes Gefäß geben, abdecken und über Nacht in den Kühlschrank stellen.
3. Am nächsten Morgen die Hafermischung gut durchrühren und direkt im Gefäß servieren oder in kleinen Schüsseln anrichten.

Tipp: Dazu passt frisches Obst und Nüsse wie z.B. Trauben und Walnüsse.

PENNY.