



Musli z jogurtem sojowym i mandarynką

 dorotaR


Polecane na: [śniadanie](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

Warto wiedzieć:

 20 min

 łatwy

 1 porcja

Składniki:

płatki kukurydziane - 2 łyżka

płatki owsiane - 2 łyżka

płatki żytnie - 2 łyżka

rodzynki - trochę

jogurt sojowy naturalny mały - 1 opakowanie

mandarynka - 1 szt.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Do miski wsypujemy 2 łyżki płatków owsianych. Dodajemy 2 łyżki płatków żytnich. Dodajemy również 2 łyżki płatków kukurydzianych (jesli chcemy jednak by nasze musli było chrupiące podczas jedzenia, płatki te dodajmy na końcu). Jogurt sojowy naturalny wlewamy do płatków i wszystko mieszamy. Odstawiamy na 5 min, by płatki owsiane i żytnie zmiękły. Po tym czasie danie jest już gotowe do jedzenia. Można je lekko posłodzić i dodać do niego kawałki mandarynki.