



całość 1879 kcal
1 łyżka 38 kcal

Musli „Spizarnia Babci”

Składniki:

130g płatków z otrąb pszennych
80g komosy ryżowej quinoa
100g płatków owsianych
100g płatków ryżowych
60g pestek dyni
30g żurawiny suszonej

Sposób przygotowania:

Umieścić wszystkie składniki w misce i dokładnie wymieszać.
Przesypać do słoja i szczelnie zamknąć.