



# ROSE

APARTHOTELGARNI

heimisch. herzlich. familiär.

## Joghurt mal anders

### **Möhrenjoghurt mit Feigen und gerösteten Walnüssen**

|        |   |
|--------|---|
| 500 g  | Möhren                                  |
| 200 g  | griechischer Joghurt                    |
| 200 g  | Naturjoghurt                            |
| 50 g   | Brunnenkresse oder Rucola zum Garnieren |
| 40 g   | Walnusskerne                            |
| 40 g   | getrocknete Feigen                      |
| 2      | frische Feigen                          |
| 40 g   | Haferflocken                            |
| 100 ml | Milch                                   |

#### Zubereitung:

Backofen auf 200 Grad vorheizen.

Möhren putzen und schälen. Auf einem Blech mit Backpapier verteilen und im Backofen ca. 40 Minuten rösten.

Möhren abkühlen lassen und fein pürieren.

Beide Joghurts mischen und die pürierten Möhren dazu geben.

Walnüsse grob hacken und in einer trockenen Pfanne ohne Öl rösten.

Haferflocken ebenfalls ohne Öl rösten.

Getrocknete Feigen klein schneiden und die frischen Feigen vierteln.

Walnusskerne, getrocknete Feigen und Haferflocken mischen.

Möhrenjoghurt in Gläser füllen.

2/3 von den Nüssen, Feigen, Haferflocken in die Gläser füllen und mit der Milch aufgießen.

Möhrenjoghurt mit den restlichen Cerealien, den frischen Feigenviertel und der Brunnenkresse garnieren.

Viel Spaß beim Probieren und einen köstlichen Start in den Tag wünscht

**das Hotel Rose Team**