



## Beeren Skyr

### Wichtige Nährwerte

### 1 Portion

Kohlenhydrate	29 g
Eiweiß	14,4 g
Fett	11 g
kcal	283

### Zutaten für 1 Portion:

- 200 g Skyr, Natur
- 30 g Knusper-Beeren-Müsli (auf Zuckergehalt achten)
- 50 g Beerenmischung (frisch oder TK)

### Zubereitung:

1. Die Beeren waschen, bzw. auftauen und abtropfen lassen.
2. Den Skyr in einem Schälchen anrichten, das Müsli und die Beeren dazugeben.

Dieses Rezept wurde speziell zum Diätmanagement bei Glykogenspeicherkrankheiten entwickelt. Informationen zu Allergenen entnehmen Sie der jeweiligen Produktverpackung.