



WEIDER

**NÄHRWERTE
pro Portion:**

Brennwert	445 kcal
Kohlenhydrate	43,7 g
Eiweiß	27,4 g
Fett	16,2 g

GRANOLA- FRÜHSTÜCKSPIZZA

ZUTATEN für 2 Portionen:

Zutaten für den Boden:

- 25 g WEIDER Gold Whey Vanille
- 100 g Banane (etwa 1 reife Banane)
- 25 g Erdnussbutter
- 25 g IMO-Sirup
- 60 g kernige Haferflocken
- 25 g Quinoa gepufft
- 20 g Mandelstifte

Zutaten für den Belag:

- 150 g Skyr Natur
- 50 g Beeren nach Belieben

ZUBEREITUNG:

1. Für den Boden die trockenen Zutaten in einer Schüssel vermischen. Banane schälen, mit einer Gabel zu Brei zerdrücken und mit den feuchten Zutaten verrühren. Trockene Zutaten hinzugeben und zu einer dickflüssigen Masse vermengen. Bei Bedarf etwas Wasser hinzugeben.
2. Den Teig in eine Springform (Durchmesser ca. 20 cm) oder kreisförmig auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech verteilen und im vorgeheizten Backofen bei 160°C (Ober-/Unterhitze) etwa 30-45 min. je nach gewünschter Konsistenz backen.
3. Die Granola-Frühstückspizza etwas abkühlen lassen und mit Skyr bestreichen. Zum Schluss nach Belieben mit Beeren verzieren.



Instagram @barbell.i_kitchen