

300g Haferflocken
270g Sonnenbl.-kerne
180g Leinsamen geschrotet
130g Nüsse • 3 TL Salz
4 EPL Chia
8 EPL Flohschalenpulver
700 ml Wasser
6 EPL Kokosöl od. Olive
2 EPL Aromastrop
0+11 - HK Sinupret® extract in or. Form 45 Min
180° ohne Form 45 Min

24 Hds. Sklen
lassen vom
Zacken