

## Schule und Diät

**Beitrag von „Potilla“ vom 22. April 2006 14:24**

Hey,

also ich hab Bablins Porridge heute morgen mal probiert und finde es doch arg schleimig 😕  
Leckere Alternative finde ich: Grießporridge mit Obst (kann man auch prima schon Abends machen und dann am nächsten Tag mit in die Schule nehmen!)

- 3 EL Vollkorngrieß in 1/8 L kochendes Wasser einrühren und 2 Min. quellen lassen.
- 150 g Joghurt, 1 TL Zitronensaft und 1 TL Honig untermischen und Obst nach Belieben hinein schnippeln

@ Sheili: Kannst du so'n Eiweißdrink mal beim Namen nennen?

Gruß

Potilla