

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 unterrühren und Obst nach Belieben hinein schnippeln

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

Gruß
Potilla