



Boodschappenlijst

Overnight oats

Voor 2 personen

- | | |
|---|---|
| ☐ 100 g havervlokken | ☐ 1 kl honing |
| ☐ 200 ml melk | ☐ 150 g gemengd fruit (blauwe bessen, frambozen) |
| ☐ 150 g magere Griekse yoghurt | ☐ 1 el gehakte noten |
| ☐ 1 el chiazaad | |