

# Strawberry-Cheesecake Overnight Oats



#### Zutaten

### Menge

Erdbeeren 150 ml 2 TL 60 g 1 Päckchen Milch Frischkäse zarte Haferflocken Vanillezucker 1 TL Honig Bio-Zitrone 1/2

### Rezeptinfo

#### Zutaten für eine Portion

Zubereitungszeit: 10 Min. + Ziehzeit über Nacht

pro Portion: 885 kJ, 211 kcal, 21,9 g Kohlenhydrate, 7,3 g Eiweiß, 9,5 g Fett, 23,6 mg Cholesterin, 2 g Ballaststoffe

Schwierigkeitsgrad:

Kosten:







### Zubereitung

Stell dir vor du könntest Kuchen schon zum Frühstück essen und es wäre nicht ungesund. Du denkst das geht nicht? Wir sagen: Es geht doch! Wir haben leckeren cremigen Cheesecake mit gesunden Overnight Oats gepaart.

### Step 1:

Zuerst schneidest du drei Erdbeeren in feine Scheiben und legst diese so an die Innenseite eines Glases, dass man sie von außen sehen kann. Die restlichen Erdbeeren fein würfeln.

## Step 2:

Jetzt die Milch in einer kleinen Schüssel mit dem Frischkäse und den Haferflocken und mit Vanillezucker, Honig und dem Abrieb der Zitrone abschmecken. Dann kannst du die Erdbeerwürfel vorsichtig unter die Masse

Nun die Hälfte der Haferflocken-Mischung vorsichtig in das Glas geben und noch ein paar Erdbeerwürfel darauf anrichten. Dann das Glas verschließen und über Nacht in den Kühlschrank stellen.

