

HIGH PROTEIN OVERNIGHT ZOATS

1 Portion | ca. 10 Min. + 8 h Ruhen



Foto: Katrin Winner/Burda Food Agency

Zutaten:

40 g kleine Zucchini
1 TL Kakao-Nibs
30 g blütenzarte Haferflocken
1 EL kernige Haferflocken
150 ml YoPRO High Protein Drink Erdbeer-Himbeer Geschmack
1 EL Reissirup (nach Belieben)
80 g gemischte Beeren (z.B. Blaubeeren, Himbeeren, Brombeeren)
geröstete Kokoschips und Kakao-Nibs als Topping

Zubereitung

1. Die Zucchini waschen und fein raspeln. Die Kakao-Nibs etwas kleiner hacken.
2. Zucchini, Kakao-Nibs und Haferflocken gut vermengen und in ein Schraubglas füllen. YoPRO High Protein Drink darüber gießen und nach Belieben mit Reissirup beträufeln. Das Glas verschließen und über Nacht im Kühlschrank ziehen lassen.
3. Am nächsten Tag die Overnight Zoats mit Beeren, Kokoschips und Kakao-Nibs toppen und genießen!