

# Bircher Muesli

## RESEPI

MASA PERSEDIAAN: 5 MINS

MASA DI MASAK: 360 MINS

HIDANGAN: 2

## Ingredients

- 8 Sudu Besar Bircher Muesli Oat Gulung
- 1/2 Biji Epal
- 1 Biji Pisang
- 5g kulit Oren yang diparut
- 6 penceduk Susu Tepung ENERCAL PLUS
- 210ml Air
- 50g Beri Biru
- Sedikit Garam
- 20 Keping Badam

## Nutrition count

- Protein : 10.6g
- Karbohidrat : 49.6g
- Lemak : 12.3g
- Energy : 353kcal

## Step by step

Bancuh susu tepung ENERCAL PLUS dengan 210ml air.

Potong epal menjadi kepingan nipis.

Hiriskan pisang.

Campurkan susu tepung ENERCAL PLUS ke dalam muesli, tambah buah-buahan dan biarkan ia terendam semalaman.