Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 63 (2006)
Heft: 9: Hat Ihre Leber was zu lachen?

Rubrik: Die A. Vogel Naturküche

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 03.10.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Bambu Gourmet-Müesli

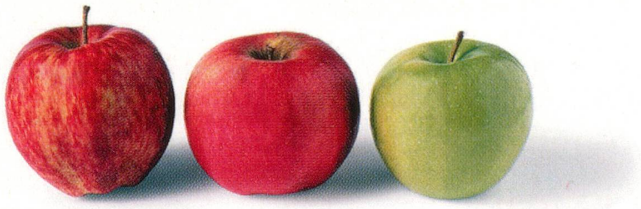
2 dl (200 ml) Milch
180 g Naturjogurt
2 gehäufte EL Bambu® Kakao
200 g A.Vogel Müesli
50 g Zartbitterschokolade mit mind. 70% Kakaoanteil
1 Banane

Milch, Jogurt und Bambu® Kakao verquirlen. Müesli beigeben, Schokolade grob raspeln und damit vermischen. Banane in Scheiben schneiden und unter das Müesli heben.
Nach Belieben mit Rahm, Honig und weiteren Früchten verfeinern. Frische Feigen, Pflaumen, Aprikosen oder Trauben passen am besten dazu.

Vitamin-Müesli

200 g A.Vogel Müesli
4 EL gehackte Cashewkerne
4 kleine Orangen
4 EL Quark
12 EL Milch
4 TL Honig
8 EL Sanddornsaft

Orangen schälen und in Stücke schneiden. Die Fruchtstücke und die Cashewkerne mit den Flocken mischen. Quark, Milch, Sanddornsaft und Honig verquirlen und über das Müesli geben.



Cranberry-Kürbiskern-Müesli mit Apfel

200 g A.Vogel Müesli
180 g Naturjogurt
4 EL getrocknete Cranberrys
4 EL gehackte Kürbiskerne
4 Äpfel
4 TL Zitronensaft
Honig oder Rohr-Rohzucker

Müesli mit dem Jogurt vermischen, nach Geschmack mit Honig oder Roh-Rohrzucker süssen. Cranberrys und Kürbiskerne untermischen. Zuletzt die geschälten und entkernten Äpfel dazureiben, mit Zitronensaft abschmecken.

A.Vogel

Der gesunde Start in einen aktiven Tag!

A.Vogel Müesli und Vollwert-Müesli

Die gesunden Müesli aus kontrolliert biologisch angebautem Vollkorngetreide, ohne Kristallzucker. Die mineralstoff- und vitaminreiche Tropenfrucht Durian verleiht den Müesli die natürliche Süsse. Zubereitet mit Milch, Quark oder Jogurt und frischen Früchten und Beeren eignen sich die A.Vogel Müesli hervorragend für eine ausgewogene und nährstoffreiche Ernährung.

Pionier der Naturheilkunde – seit 1923

A. Vogel