

Frühstücksideen

Camemberttoast mit Preiselbeeren



1 Scheibe Coop Weight Watchers Vollkorntoast mit 1 TL Coop Weight Watchers Halbfettmargarine bestreichen. 1 Birne in Spalten schneiden und darauf verteilen. 40 g Coop Weight Watchers Camembert in Scheiben schneiden, auf die Birne legen und im Backofen überbacken. Mit 2 TL Preiselbeerkonfitüre und 2 Walnusshälften servieren.

Apfel-Dattel-Quark



3 EL Coop Weight Watchers Magerquark mit 250 g Coop Weight Watchers Magerjogurt und 1 TL Zitronensaft schaumig rühren. 1 Apfel und 4 Datteln klein schneiden, mit 1 TL Vanillezucker und 1 Prise Zimtpulver unter den Quark rühren. 1 zerkrümeltes Coop Weight Watchers Prussiens über den Quark streuen.





Für mich und dich.

Süßes Frühstück mit Buttermilch-Shake



1 Coop Weight Watchers Brötli rustico mit 3 EL Coop Weight Watchers Gala®, und 1 TL Pflaumenmus bestreichen. Dazu 1 kleine Banane mit 250 ml Buttermilch und etwas Vanillearoma pürieren.