

# Warmer Apfelstrudel-Becher



## Zutaten:

- 1 Apfel
- 2 EL Haferflocken
- 1 TL Rosinen (optional)
- ½ TL Zimt
- 2 EL Apfelmus
- 1 TL gehackte Nüsse (optional)



1 Portion



ca. 5 Minuten



## Zubereitung:

- 1) Apfel waschen und in kleine Würfel schneiden.
- 2) In einer mikrowellenfesten Tasse oder kleiner Schüssel alle Zutaten miteinander vermengen und 2 Minuten bei 800 W in der Mikrowelle erhitzen.
- 3) Je nach Mikrowelle einmal umrühren und nochmal kurz nachwärmen (ca. 20-30 Sekunden).

## Rezeptvariationen

Schmeckt auch gut als Topping auf Joghurt oder mit Granola.