



# Leseprobe

## Müsliriegel und Energyballs. Die besten Rezepte für leckere Energiespender

Powersnacks für Beruf, Freizeit, Schule, Kindergarten oder einfach zwischendurch

---

Bestellen Sie mit einem Klick für 7,99 €



---

Seiten: 80

Erscheinungstermin: 13. Mai 2019

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

[www.penguinrandomhouse.de](http://www.penguinrandomhouse.de)

# INHALT

Neue Energie mit selbst gemachten Müsliriegeln 8

Was soll ein guter Müsliriegel leisten? 8

Die Grundzutaten 8

Ab in den Ofen – aber nicht immer 8

Was kommt rein? 9

Was ist gesund an Müsliriegeln? 9

Müsliriegel 10

Energyballs, Müslikonfekt &  
Fruchtschnitten 54

Rezeptübersicht 74

Abkürzungen 77

Impressum 77

