

Η καλή μέρα από το πρωινό φαίνεται

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Αν δεν έχετε ποτέ δοκιμάσει φρέσκο φυσικό μούσλι χρωστάτε στον εαυτό σας και την οικογένειά σας να δοκιμάσετε την παρακάτω συνταγή.

Η καρδιά του φρέσκου μούσλι είναι η βρώμη που βρέχεται με το γάλα. Μπορείτε να προσθέσετε σταφίδες και σύκα για τη γλυκύτητα που αναδύουν.-[Βρώμη: Σύμμαχος στη μείωση της χοληστερόλης](#)

Τι καλύτερος τρόπος να ξεκινήσετε την ημέρα σας.

5 μερίδες για το πενήνήμερο, για δύο άτομα ([περισσότερα...](#))