

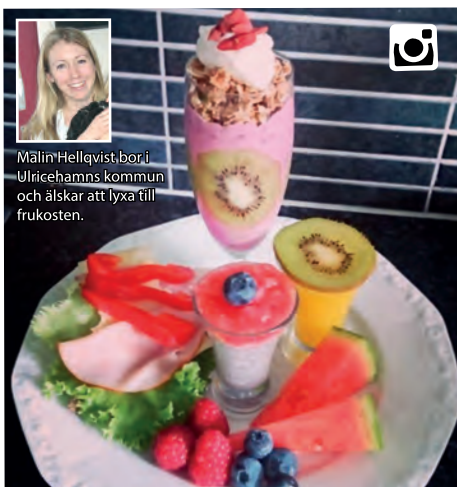
# Malins - frukost



Vinnare av "Tävla med din frukost"!



Malin Hellqvist, bor i Ulricehamns kommun och älskar att lyxa till frukosten.



**Grattis Malin!**

**Beskriv din vinnarfrukost.**

Det är en läcker och himmelskt god hallonsmoothie toppad med granola, kvarg och gojibär. I småglaset finns mättande chiapudding med härlig melon och apelsinjuice. Och så dekorera gärna med bär, frukt och grönsaker. Snuggt och nyttigt på samma gång!

**Malin tipsar!**



**TIPS 1 - Lyxa till frukosten**

Ett enkelt sätt att skapa lite helglyx till frukosten är att alltid ha olika sorters färska frukter och bär.

**TIPS 2 - Frukt i glaset**

Skär frukten i tunna skivor och tryck fast den på insidan av glaset. Fyll sen snabbt på med smoothie. Klart!

För fler frukosttips se [arla.se](http://arla.se)

