

Joghurt-Himbeercreme

Zutaten

(für 4 Personen)

500 g Joghurt 1,5 % Fett

300 g Himbeeren, frisch oder tiefgekühlt

Süßstoff

5 Blatt Gelatine



Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen, anschließend in einem Kochtopf auf kleiner Hitze auflösen. Die Gelatine darf nicht kochen!!

Nach und nach esslöffelweise den Joghurt unterrühren, mit Süßstoff abschmecken und die Himbeeren unterheben. Das Dessert schnell portionieren und bis zum Verzehr kühl stellen.

Pro Person

Energie 83 kcal

Fett 2,1 g

BE ca.2/3