

Beerentraum

Zutaten | 4 Portionen

300 g	frische Beeren, z.B. Erdbeeren, Himbeeren, Heidelbeeren
2 EL	Zucker
400 g	Schmand
400 ml	Sahne
50 g	brauner Zucker

Zubereitungszeit: 15 Min., Kühlzeit: 2 Stunden

Zubereitung:

- Beeren waschen, putzen und gegebenenfalls halbieren.
- 200 g der Beeren in eine Schüssel geben und den Zucker gut untermischen.
- Anschließend den Schmand gleichmäßig auf der Beerenmischung verteilen.
- Die Sahne schlagen, über den Schmand geben und alles zwei Stunden im Kühlschrank ziehen lassen.
- Vor dem Servieren die Sahne mit braunem Zucker bestreuen und das Dessert mit den restlichen frischen Beeren garnieren.

Tipp:

Man kann den Beerentraum auch direkt in kleinen Dessertschalen oder Gläsern anrichten und mit frischer Minze garnieren.

Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von 293 g á Portion:

Nährwertabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
687 kcal	62 g	27 g	6 g	184 mg