

Joghurtbombe

Zutaten | 4 Portionen

500 g	Joghurt
400 ml	Sahne
120 g	Zucker
1 Pckg.	Vanillezucker
500 g	frisches Obst der Saison z.B. Erdbeeren, Himbeeren, Heidelbeeren

Zubereitungszeit: 15 Min., Kühlzeit: 12 Std.

Zubereitung:

- Joghurt und Zucker gut vermengen.
- Sahne steif schlagen und unter den Joghurt heben.
- Ein feines Küchensieb auf eine Schüssel setzen und mit Küchenkrepp auslegen.
- Die Joghurt-Sahne-Masse in das Sieb füllen und alles über Nacht in den Kühlschrank stellen, damit die Flüssigkeit gut abtropfen kann.
- Am nächsten Tag die Joghurtmasse aus dem Sieb auf eine Platte stürzen.
- Das Obst putzen, waschen, eventuell klein schneiden, zu der Joghurtbombe auf der Platte anrichten und servieren.

Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von 382 g:

Nährwertabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
148 kcal	9,6 g	12 g	2,2 g	66,4 mg