

Orangen-Joghurt-Creme

Zutaten | 4 Portionen

2	Orangen
2 EL	Zucker
4 BL	weiße Gelatine
50 g	Marzipanrohmasse
150 g	Naturjoghurt
1 BE	Sahne
	Orangenspalten

Zubereitungszeit: 20 Min.

Zubereitung:

- Orangen auspressen, den Saft durchsieben und mit dem Zucker in einem Topf aufkochen, vom Herd nehmen.
- Gelatine in kaltem Wasser einweichen, ausdrücken und im heißen Orangensaft auflösen.
- Die Marzipanrohmasse mit der Orangenmasse verühren.
- Den Naturjoghurt dazugeben.
- Sahne steif schlagen und unter die Creme heben, sobald diese zu stocken beginnt.
- In kleine Portionschälchen geben und mit filetierten Orangenspalten garnieren.

Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von 284 g:

Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
380 kcal.	25,8 g	28 g	7,7 g	160 mg