

# Mohncreme mit Beerenmix

## Zutaten | 6 Portionen

1/8 l	Traubensaft
50 g	brauner Zucker
1 St.	Bio-Zitronenschale
1 St.	Sternanis
2	Gewürznelken
1 St.	Zimtstange
300 g	gemischte Beeren
2 EL	Orangensaft
1 geh. EL	Speisestärke
250 g	Quarkzubereitung (z.B. Mascarpone, Philadelphia, Joghurt...)
2 EL	Zucker
2 EL	Mohn-Back
200 g	Sahne

Zubereitungszeit: 30 Min.

## Zubereitung:

- Traubensaft, brauner Zucker, Zitronenschale und Gewürze aufkochen und ca. 5 Minuten köcheln lassen.
- Gewürze und Schale herausnehmen.
- Stärkemehl mit 2 EL Orangensaft verquirlen.
- Beeren zum Saft geben, angerührte Speisestärke zufügen, aufkochen und vom Herd ziehen.
- Quarkzubereitung, Zucker und Mohn-Back glatt rühren.
- Sahne steif schlagen und unterheben.
- Abgekühlte Saftbeeren und Mohncreme auf Gläser verteilen und abgedeckt kalt stellen.

---

## Tipp:

Das Dessert kann man gut einige Stunden vor dem Genuss zubereiten.

Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von 170 g:

## Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
262 kcal	12,6 g	32,9 g	4,6 g	123 mg