

# Erdbeersalat

Zutaten | 4 Portionen

500 g	Erdbeeren
4 EL	Honig
200 g	Joghurt
100 g	Kokosraspel

Zubereitungszeit: 20 Min.

## Zubereitung:

- Erdbeeren putzen, waschen, den Strunk entfernen und halbieren.
- Honig dazu geben und gut mit den Erdbeeren vermengen. Erdbeeren und Honig ca. 5 Minuten ziehen lassen.
- Joghurt und Kokosraspeln ebenfalls unterheben und den Erdbeersalat auf kleine Dessert-Gläser verteilen.

## Tipp:

Wer mag, kann statt mit Honig auch mit Ahornsirup süßen und den Erdbeersalat mit frischer Minze und Schokoraspeln garnieren.

Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von 217 g

## Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
300 kcal	18,7 g	30,5 g	4,8 g	88,1 mg