

Himbeertraum

Zutaten | 10 Portionen

500 g	Magerquark
500 g	Naturjoghurt 3,5 Fett
2 EL	Zucker
500 g	Frische oder tiefgekühlte Himbeeren
1 Tüte	Baiser
2 EL	Schokostreusel zum Dekorieren

Zubereitungszeit: 15 Min.

Zubereitung:

- Die tiefgekühlten Himbeeren antauen lassen. Eigne Himbeeren für die Dekoration beiseitelegen.
- Quark mit Joghurt und Zucker zu einer glatten Creme verrühren.
- Die Baisertupfen grob zerdrücken und unter die Quark-Joghurt-Masse heben.
- Die Creme abwechselnd mit den Himbeeren in eine große Glasschale oder in kleine Dessertgläser schichten und mit Schokostreuseln garnieren.

Tipp:

Für den Himbeertraum können auch sehr gut andere Beerenfrüchte, wie Johannisbeeren verwendet werden. Auch Keksbrösel schmecken als zusätzliche Schicht sehr gut.

Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von 165 g:

Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
148 kcal	2,53 g	20,8 g	10 g	130 mg