

Weihnachtsdessert

Zutaten | 4 Portionen

Apfelkompott:

8	Äpfel
etwas	Wasser
1 TL	Zitronensaft
1	Zimtstange

Crème:

200 g	Joghurt 3,5% Fett i.Tr.
200 g	Quark
200 g	Mascarpone
50 g	Zucker
1 Pck.	Vanillezucker
ca. 250 g	Spekulatius
4	Zimtsterne
	Kakaopulver

Zubereitungszeit: 40 Min.

Zubereitung:

- Äpfel waschen, schälen, entkernen, würfeln und mit etwas Wasser, Zitronensaft und Zimtstange weich kochen.
- Die Zimtstange wieder aus dem Apfelkompott nehmen. Das Apfelkompott abkühlen lassen.
- Joghurt, Quark, Mascarpone, Zucker und Vanillezucker zu einer glatten Masse verrühren.
- Die Spekulatius zerbröseln.
- Das Dessert in vier Dessertgläsern anrichten. Reihenfolge: ½ Spekulatius, ½ Apfelkompott, ½ Mascarpone, rest Spekulatius, rest Apfelkompott, rest Mascarpone.
- Die Gläser mit den Zimtsternen belegen und etwas gesiebten Kakao darüber stäuben.

Tipp:

Anstelle von Spekulatius können auch Lebkuchen, Amarettini oder einfache Butterkekse verwendet werden.

Nährwertangaben können je nach Größe und Gewicht der Lebensmittel variieren.
Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von 100 g:

Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
178 kcal	8,6 g	21,6 g	3,9 g	43,1 mg