

Limetten-Joghurt-Mousse

Zutaten | 4 Portionen

200 ml	Schlagsahne
300 g	Joghurt 3,5% Fett
2	Limetten
1 TL	Vanilleextrakt
150 g	Zucker

Zubereitungszeit: 15 Min.; Kühlzeit: 2 Std.

- Sahne steif schlagen und mit dem Joghurt mischen.
- Saft einer Limette auspressen und mit dem Vanilleextrakt und dem Zucker unter die Joghurt-Sahne-Mischung rühren. Allen gut vermischen und mit Hilfe eines Spritzbeutels auf vier Dessertgläser aufteilen.
- Gläser für ca. 2 Stunden in den Kühlschrank stellen.
- Vor dem Servieren die zweite Limette in feine Streifen schneiden und das Dessert damit garnieren.

Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von ca. 100 g:

Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
188 kcal	3 g	37,2 g	1,5 g	47 mg