Rezept

Birnen-Zimt-Molke mit Holundersaft

Ein Rezept von Birnen-Zimt-Molke mit Holundersaft, am 02.05.2024

Zutaten

- **500 g** reife, aromatische Birnen mit heller Schale (ergeben etwa 250 ml Saft)
- **1 Prise** gemahlener Zimt
- elektrischer Entsafter
- einige Tropfen Zitronensaft
- ½ l Molke
- **4 EL** Holundersaft (Direktsaft aus dem Reformhaus)

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 2 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 95 kcal

Zubereitung

1. Die Birnen waschen, vierteln und entkernen. Die Früchte in den elektrischen Entsafter geben und entsaften. Gleich mit ein paar Tropfen Zitronensaft verrühren. So bleibt der Birnensaft schön hell.

---

2. Die Molke mit Birnensaft und Zimt verrühren. Zum Schluss den Holundersaft einrühren. Die Mischung in Gläser füllen und sofort servieren.