

Rezept

Aprikosen-Joghurt-Creme

Ein Rezept von Aprikosen-Joghurt-Creme, am 17.04.2024

Zutaten

300 g getrocknete Aprikosen (am besten die dunklen ungeschwefelten kaufen)	2 EL Zucker
1/2 unbehandelte Zitrone	50 g Pistazien- oder Pinienkerne
1 TL Zimtpulver	250 g Joghurt

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 325 kcal

Zubereitung

1. Die Aprikosen in grobe Würfel schneiden und in einem Topf mit 1/4 l Wasser bedecken. Etwa 2 Stunden ziehen lassen, dann auf den Herd stellen und warm werden lassen. Den Zucker dazurühren.

2. Hitze klein stellen, den Deckel drauf und die Aprikosen ungefähr 15 Minuten vor sich hin köcheln lassen, bis sie schön weich sind.

3. Die Aprikosen abtropfen lassen, das Garwasser aber nicht wegschütten, davon brauchen wir noch was.

4. Die Pistazien- oder Pinienkerne fein hacken. Wer mag, kann sie auch noch ein bisschen anrösten – ohne Fett und immer rühren dabei. Zitronenhälfte heiß waschen und die Schale fein abreiben, den Saft auspressen.

5. Die Aprikosen mit der Hälfte vom Joghurt und dem Zitronensaft in die Küchenmaschine füllen und gut durchmischen. Oder alles mit dem Pürierstab zerkleinern. Falls die Creme zu fest ist, löffelweise Aprikosenkochwasser unterrühren. Die gehackten Pistazien- oder Pinienkerne untermischen und die Creme mit der Zitronenschale und dem Zimt fein machen. In Schälchen füllen. Den übrigen Joghurt extra dazu servieren oder auf jede Portion 1 EL davon häufen.