

Rezept

Arabischer Minzjoghurt

Ein Rezept von Arabischer Minzjoghurt, am 04.12.2024

Zutaten

300 g Naturjoghurt	3 Tropfen Bittermandelöl
Stevia-Süßungsmittel	2 Stiele Minze
1 EL Pistazienkerne	1 EL Walnusskerne

Rezeptinfos

Schwierigkeitsgrad leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 160 kcal

Zubereitung

1. Den Joghurt mit dem Bittermandelöl und etwas Stevia (Dosierung nach Packungsanweisung) verrühren.

2. Die Minze waschen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein hacken. Die Minze unter den Joghurt rühren und diesen in zwei Schälchen füllen.

3. Die Pistazien und die Walnüsse grob hacken und zuletzt über den Minz joghurt streuen.