

Rezept

Beeren-Vanille-Milch

Ein Rezept von Beeren-Vanille-Milch, am 15.12.2025

Zutaten

300 g gemischte Beeren (frisch oder tiefgekühlt)

300 ml fettarme Milch (1,5 % Fett)

2 Päckchen Vanillezucker

4 EL Schmelzflocken

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 2 GLÄSER | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 185 kcal

Zubereitung

- 1.** Die Beeren behutsam waschen, abtropfen lassen und putzen. Tiefgekühlte Früchte kurz antauen lassen. 2 schöne Beeren beiseite legen.

- 2.** Die Beeren mit Milch, Vanillezucker und Schmelzflocken im Mixer oder mit dem Zauberstab fein pürieren.

- 3.** Den Drink in zwei hohe Gläser füllen und je 1 Beere an den Rand stecken.