Rezept

Beerenpower

Ein Rezept von Beerenpower, am 11.06.2025

Zutaten

500 g	Himbeeren (frisch oder tiefgekühlt)
500 ml	eiskalte Milch
2 Becher	Vanillejoghurt (à 150 g)
	Zucker oder Fruchtsirup

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Gläser | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 185 kcal

Zubereitung

1. Frische Himbeeren verlesen und kurz mit kaltem Wasser abbrausen. TK-Beeren soweit auftauen lassen, dass Sie die Früchte pürieren können.

---

2. Himbeeren in einer schmalen hohen Schüssel pürieren, Vanillejoghurt und Milch vorsichtig untermixen. Nach Geschmack mit Zucker oder Fruchtsirup süßen. Drink auf vier hohe Gläser verteilen und mit Strohhalm servieren.