

Rezept

# Beerige Joghurt-Eishappen

Ein Rezept von Beerige Joghurt-Eishappen, am 26.04.2024

## Zutaten

- |   |                               |
|---|-------------------------------|
| <b>50 g</b> Himbeeren                               | <b>50 g</b> Heidelbeeren      |
| <b>200 g</b> Joghurt                                | <b>¼ TL</b> gemahlene Vanille |
| <b>1 EL</b> braunes Mandelmus (ersatzweise Nussmus) |                               |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** 20 | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 15 kcal, 1 g F, 1 g KH

## Zubereitung

1. Die Pralinenförmchen auf der Arbeitsfläche bereitstellen.

---

2. Die Beeren verlesen, waschen und abtropfen lassen.

---

3. Den Joghurt mit dem Vanillepulver glattrühren und je 1 geh. TL in ein Pralinenförmchen füllen.

---

4. Die Masse mit den Beeren bestreuen und diese leicht andrücken. Dann das Mandelmus darüber träufeln. Die Eishappen für mind. 1 Std. in den Tiefkühler stellen.

---

5. Zum Servieren die Joghurthappen herausnehmen, wenige Min. antauen lassen und die Pralinenförmchen entfernen.