

Rezept

Heidelbeer-Joghurt-Sauce

Ein Rezept von Heidelbeer-Joghurt-Sauce, am 18.12.2025

Zutaten

200 g Heidelbeeren

30 g Honig

2 cl Johannisbeerlikör (Crème de Cassis; nach Belieben)

250 g Joghurt

1 EL Puderzucker

Rezeptinfos

Portionsgröße Ergibt ca. 300 ml | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 100 kcal

Zubereitung

1. Heidelbeeren abbrausen und abtropfen lassen. Etwa 50 g Beeren beiseite stellen.
2. Den Rest der Beeren mit den übrigen Zutaten im Mixer pürieren. Die beiseite gestellten Heidelbeeren unterrühren.