

Rezept

Himbeer-Froyo-Bites

Ein Rezept von Himbeer-Froyo-Bites, am 20.03.2023

Zutaten

150 g griechischer Joghurt (10 % Fett)

50 g Himbeeren

1 Msp. gemahlene Vanille

Außerdem

Eiswürfelformen

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 10 Stück | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion**
Ca. 20 kcal, 1 g F, 1 g EW, 1 g KH

Zubereitung

1. Den Joghurt mit der Vanille verrühren. Himbeeren verlesen und nur falls nötig abbrausen und trocken tupfen. Die Beeren mit einer Gabel zerdrücken und unter den Vanillejoghurt mischen.
-
2. Den Himbeerjoghurt in die Eiswürfelformen füllen und mindestens 4 Std. tiefkühlen. Dann bei Bedarf die Bites herauslösen und lutschen.