

Rezept

Joghurt-Apfel-Trifle

Ein Rezept von Joghurt-Apfel-Trifle, am 08.05.2024

Zutaten

300 g Apfelmark

300 g griechischer Joghurt (10% Fett)

1 TL Ceylonzimt

2 EL Mandelblättchen

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion**
Ca. 320 kcal, 20 g F, 8 g EW, 27 g KH

Zubereitung

1. Das Apfelmark mit dem Zimt verrühren. Joghurt und Apfelmark abwechselnd in zwei (Schraub-)Gläser einschichten:
Joghurt – Apfelmark – Joghurt – Apfelmark.
-
2. Die Mandelblättchen in einer Pfanne rösten, bis sie goldbraun werden und fein zu duften beginnen. Das Joghurt-Apfel-Trifle damit garnieren.