

Rezept

Joghurt-Türmchen mit Zimtschaum

Ein Rezept von Joghurt-Türmchen mit Zimtschaum, am 23.04.2024

Zutaten

3 Blatt Gelatine

Stevia-Süßungsmittel

1 TL Zimtpulver

300 g Naturjoghurt

1 Ei

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 139 kcal

Zubereitung

1. Gelatine 5 Min. in kaltem Wasser einweichen. Leicht ausdrücken, in eine Tasse geben und im warmen Wasserbad oder in der Mikrowelle auflösen, dann tropfenweise unter den Joghurt rühren. Mit etwas Stevia-Pulver (Dosierung nach Packungsaufschrift) süßen und in zwei Förmchen geben, darin in 3-4 Std. gelieren lassen.
2. Zum Servieren die Förmchen kurz in warmes Wasser stellen, dann das Gelee auf Teller stürzen. Das Ei mit etwas Stevia und dem Zimt verrühren, über einem warmen Wasserbad cremig-schaumig aufschlagen und zum Joghurtgelee geben.