

Rezept

# Joghurt mit Obst und Nüssen

Ein Rezept von Joghurt mit Obst und Nüssen, am 09.06.2026

## Zutaten

<b>2 EL</b> Orangensaft	<b>2 TL</b> flüssiger Honig
<b>1/2</b> Apfel	<b>10</b> kernlose helle Weintrauben
<b>1/2</b> Banane	<b>200 g</b> Sahnejoghurt
<b>2 EL</b> gemischte Nüsse (z. B. Haselnüsse, Walnüsse, Pecannüsse)	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 1 Person | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 565 kcal

## Zubereitung

1. Den Orangensaft in einem Schälchen mit 1 TL Honig verrühren.

---

2. Den Apfel schälen, Kerngehäuse entfernen und das Fruchtfleisch würfeln. Die Trauben waschen, trocken tupfen und von den Stielen zupfen. Die Banane schälen und in Scheiben schneiden.

---

3. Alles mit dem Orangensaft im Schälchen mischen und kurz durchziehen lassen. Zuerst den Joghurt, dann die Nüsse daraufgeben und zum Schluss den restlichen Honig darüberträufeln.