

Rezept

Low-Carb-Obsttorte

Ein Rezept von Low-Carb-Obsttorte, am 23.04.2024

Zutaten

- 1 kleine Wassermelone
- ½ Ananas
- 100 g Heidelbeeren

- 1 Cantaloupe-Melone
- 2 Kiwis

Außerdem:

Ausstecher (Blüte, Herz; ca. 3 cm Ø)

Zahnstocher

Rezeptinfos

Portionsgröße Zum Vernaschen: 8 Stücke | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 115 kcal, 1 g F, 2 g EW, 25 g KH

Zubereitung

1. Von der Wassermelone oben und unten eine dünne Scheibe abschneiden, sodass sie sicher steht. Dann rundherum die Schale und etwas Fruchtfleisch abschneiden, sodass eine schöne runde Kuchenform entsteht. Mit der Cantaloupe-Melone genauso verfahren.
2. Die Ananas und die Kiwis schälen und quer in dünne Scheiben schneiden. Aus dem Fruchtfleisch Blüten oder Herzen ausstechen.
3. Die Wassermelone als erste »Schicht« auf eine Tortenplatte setzen, die Cantaloupe-Melone darauf platzieren. Kiwi- und Ananasstückchen mit Zahnstochern an und auf der Torte befestigen.
4. Die Heidelbeeren vorsichtig waschen, trocken tupfen und als Kette auf die erste Tortenetage legen. Ein paar Beeren obendrauf legen.