

Rezept

Mohncreme mit Heidelbeeren

Ein Rezept von Mohncreme mit Heidelbeeren, am 20.04.2024

Zutaten

3 EL Mohnsamen	1 Pck. Vanillezucker
2 EL Puderzucker	200 g Sahne
250 g Magerquark	2 EL Ahornsirup
2 EL Limettensaft	250 g Heidelbeeren
1 EL Puderzucker zum Bestäuben (nach Belieben)	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 305 kcal

Zubereitung

1. Den Mohn mit dem Vanillezucker und 1 EL Puderzucker im Blitzhacker fein mahlen. Die Sahne mit dem übrigen Puderzucker steif schlagen.

2. Den Quark mit dem Ahornsirup und dem Limettensaft verrühren. Erst die Mohnmischung unterrühren, dann die Schlagsahne sorgfältig mit einem Teigspatel unterheben.

3. Die Heidelbeeren verlesen, waschen und in einem Sieb abtropfen lassen. Mohncreme in vier Gläser verteilen und die Beeren daraufhäufen. Das Dessert bis zum Servieren zugedeckt kalt stellen, dann nach Belieben leicht mit Puderzucker bestäuben.