

Rezept

Obst-Schicht-Cocktail

Ein Rezept von Obst-Schicht-Cocktail, am 15.12.2025

Zutaten

200 g Obst (nach Saison und Geschmack)

200 g Joghurt

200 g Knuspermüsli

200 g Frischkäse

1 EL flüssiger Honig

Zubehör

1 großes Schneidebrett

1 kleine Schüssel

4 Schraubgläser (à 300-350 ml)

1 Schneidemesser

1 Esslöffel

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 465 kcal, 26 g F, 10 g EW, 44 g KH

Zubereitung

1. Das Obst je nach Sorte waschen, schälen, putzen und klein schneiden. Frischkäse mit dem Joghurt und dem Honig in die Schüssel geben und mit dem Löffel glatt verrühren.
2. Das Obst auf die Schraubgläser verteilen, die Joghurtcreme darübergeben. Zum Schluss noch das Knuspermüsli in die Gläser füllen.