

Rezept

Sommerliche Beerenkaltschale mit Joghurt

Ein Rezept von Sommerliche Beerenkaltschale mit Joghurt, am 20.03.2023

Zutaten

½ Bio-Zitrone	500 g fettarmer Joghurt (1,8 % Fett)
500 g Buttermilch	1 Msp. gem. Vanille
2 EL Honig	400 g gemischte Beeren (frisch oder aufgetaute TK-Ware)
einige Zitronenmelisseblättchen zum Garnieren (nach Belieben)	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 195 kcal

Zubereitung

1. Zitronenhälfte heiß waschen und abtrocknen. Schale abreiben und die Zitrone auspressen. Joghurt, Buttermilch, Vanille, Zitronenschale und -saft in einer Schüssel glatt rühren und mit Honig süßen.

2. Frische Beeren waschen und größere Exemplare klein schneiden. Aufgetaute Beeren abtropfen lassen. Einige zum Garnieren beiseitestellen. Übrige Beeren unter die Buttermilchmischung rühren. Nach Belieben Zitronenmelisse waschen, trocken schütteln und Blätter abzupfen. Die Kaltschale mit Früchten und nach Belieben mit Zitronenmelisse garnieren.