

“Zuppa di Kefir” ghiacciato con Fragole”

Zubereitungszeit:

ca. 20 – 30 Minuten

Zutaten für 4 Personen

8 Zitrone Bio-Qualität
500 g Erdbeeren od. Brombeeren
8 EL Ahornsirup
600 ML Kefir (selbst angesetzt)
300 g Magertopfen
4 EL Mandelplättchen
4 EL Hagebuttenmark

Minze für Deko



Zubereitung:

Zitronenhälfte auspressen. Brom-/Erdbeeren abspülen und in einem Sieb gut abtropfen lassen. 1 EL Zitronensaft und die Hälfte des Ahornsirups unter die Beeren mischen und 15 Minuten ziehen (marinieren) lassen. Kefir und Quark für 15 Minuten im Gefrierfach kühlen.

Mandelblättchen in einer Pfanne ohne Fett hellbraun rösten. Auf einen Teller schütten und abkühlen lassen.

Kefir, Quark, Hagebuttenmark und den restlichen Sirup glattmixen. Mit den Brombeeren und oder Erdbeeren auf Teller verteilen und mit den Mandelblättchen bestreut servieren.

Anrichten

Bitte das Bild links beachten.

Sollte das Hagebuttenmark zu fest sein in einem kleinen Topf leicht und vorsichtig erwärmen. Evtl. mit etwas Wasser verdünnen.

Weinempfehlung:

Alkohol passt nicht zu dieser Suppe ☹

Kochabend:

6. Jun, 2018 / Vogesen und Milles