

Frühstück / Snacks / Glutenfrei / Kinder / super schnell /

Erdbeer-Mandel-Joghurt

Ich bin ein absoluter Dessert-Mensch. Damit meine Mahlzeit wirklich abgeschlossen ist, muss es einfach noch etwas Süßes hinterher geben. Sei es ein kleines Stück Schokolade oder auch gerne mal die Sahnetorte. Aber ich kann nichts dafür, dass das so ist. Ich glaube das liegt in den Genen. Denn meine gesamte Familie tickt so. Und auch Flynn fängt schon damit an. Ok. Vielleicht liegt es auch weniger an den Genen, als an der Gewohnheit. Aber es ist wie es ist. Und ich bin deshalb immer glücklich, eine etwas leichtere Dessertvariate in petto zu haben. Frische, süße Erdbeeren mit knackigen Mandeln und Joghurt. Ich finde, diese Kombination ergibt den perfekten Nachtisch an heißen Sommertagen. Und damit kann ich gut und gerne auf die Torte und Schokolade verzichten!

Zutaten für 2 Portionen

- 300 gr - Naturjoghurt
- 0.5 Päckchen - Vanillezucker
- 10 - Erdbeeren
- 2 EL - gehobelte Mandeln

Zubereitung:

1. Die Mandeln in einer Pfanne rösten. Dabei ständig in Bewegung halten, weil sie sehr schnell verbrennen. Wenn die Mandeln goldbraun sind, in eine Schale geben und zur Seite stellen.
2. Den Vanillezucker in den Joghurt geben und gut verrühren.
3. Die Erdbeeren waschen, den Kopf entfernen und in kleine Würfel schneiden.
4. Nun in einem Glas oder einer Schale die Erdbeeren mit dem Joghurt schichten. Dafür mit dem Joghurt beginnen (ca. 3 TL), dann ein paar Erdbeeren raufgeben (ca. 2 TL), mit ein paar Mandelblättchen bestreuen und erneut schichten. Mit Joghurt abschließen und mit Mandelblättchen garnieren.

Viel Spaß & Guten Appetit,
Eure Julia