REZEPT FÜR KOKOS-NEKTARINEN-DESSERT

KOKOS-NEKTARINEN-DESSERT

Schwierigkeitsgrad: normal

Für 4 Portionen | 25 Min. | + Kühlzeit

Zutaten

- 250 g Magerquark
- 125 g Vollmilchjoghurt
- 2 EL cremige Kokosmilch
- 4 EL SweetFamily Unser Feinster
- 300 g Nektarinen
- Saft von 1 Zitrone
- 70 g 1-2-3 Fruchtaufstrich
- 80 g frisches Kokosnussfruchtfleisch (ausgelöst)
- 10 g Butter

4152

ZUBEREITUNG

339	11	46	11
Kcal	Gramm	Gramm	Gramm
Pro Portion ca.	Eiweiß	Kohlenhydrate	Fett

1. Quark, Joghurt, Kokosmilch und 2 EL Zucker glatt rühren. Creme auf 4 Gläser verteilen.

2. Nektarinen waschen, entkernen und fein würfeln. Ca. 200 g mit Zitronensaft und 1-2-3 Fruchtaufstrich in einem hohen Rührbecher 45 Sekunden fein pürieren. Die übrigen Nektarinenwürfel unterheben, Fruchtmasse auf der Quarkcreme verteilen und ca. 15 Minuten kühl stellen.

3. Kokosfleisch in feine Scheiben hobeln. Mit übrigen 2 EL Zucker und Butter in einer Pfanne bei mittlerer Temperatur unter Rühren goldbraun braten. Abkühlen lassen und vor dem Servieren Dessert damit bestreuen.