

REZEPT FÜR HEIDELBEER-SCHICHT-DESSERT



HEIDELBEER-SCHICHT-DESSERT

Schwierigkeitsgrad: unkompliziert

Für 4 Portionen | 15 Min.

Zutaten

- 375 g Heidelbeeren
- 90 g SweetFamily 1-2-3 Fruchtaufstrich
- 250 g Magerquark
- 40 g SweetFamily Feiner Zucker
- 1 TL Vanillemark
- 200 g Schlagsahne
- 50 g Vollkorn-Butterkekse
- Saft und abgeriebene Schale von 1 Bio-Orange



4597

ZUBEREITUNG

422

Kcal

Pro Portion ca.

11

Gramm

Eiweiß

50

Gramm

Kohlenhydrate

19

Gramm

Fett

1. [Heidelbeeren](#) waschen und verlesen. 225 g Beeren mit [1-2-3 Fruchtaufstrich](#) in einem hohen Rührbecher 45 Sekunden fein pürieren. Restliche Beeren unterheben.
2. Quark mit Zucker und Vanillemark verrühren. Sahne steif schlagen und unter den Quark heben.
3. Kekse grob zerdrücken und in 4 Gläser geben, mit Orangensaft beträufeln. Quarkcreme und Heidelbeergrütze abwechselnd einschichten. Mit Orangenschale garnieren.