STACHELBEER-MATCHA-FRUCHTAUFSTRICH – EINFACHES REZEPT | SWEETFAMILY | SWEETFAMILY

Für 2 Gläser à ca. 175 ml | 10 Min. | + Kühlzeit

Zubereitung

28	0	7	0
Kcal	Gramm	Gramm	Gramm
Pro EL (ca. 15 ml) ca.	Eiweiß	Kohlenhydrate	Fett

1. Zutaten vorbereiten:

Stachelbeeren verlesen, waschen, abtropfen lassen und putzen. Matchateepulver in Limettensaft auflösen.

2. Fruchtaufstrich pürieren:

Stachelbeeren, Limetten-Matcha-Mix und 1-2-3 Fruchtaufstrich ca. 45 Sekunden in einem hohen Mixbecher pürieren.

3. Stachelbeer-Matcha-Fruchtaufstrich abfüllen:

Fruchtaufstrich in saubere, heiß ausgespülte Gläser füllen. Verschließen und ca. 10 Minuten kalt stellen.

Tipp:

Außerhalb der Beerensaison kannst du den Aufstrich mit aufgetauten TK-Stachelbeeren oder mit Kiwis zubereiten.

STACHELBEER-MATCHA-FRUCHTAUFSTRICH – EINFACHES REZEPT | SWEETFAMILY | SWEETFAMILY

Zutaten

250 g Stachelbeeren
1 TL Matchateepulver
1 EL Limettensaft
130 g SweetFamily 1-2-3 Fruchtaufstrich