

Rezept der Woche:



Vereinigung der
Spargel- und Beerenanbauer e.V.



Joghurt-Kaltschale mit Heidelbeeren

Zutaten für 4 Portionen:

400 g Heidelbeeren, 250 g Naturjoghurt, 100 ml Brombeersaft, 20 Minzeblättchen

Zubereitung:

Den Naturjoghurt gut mit dem Brombeersaft verrühren und in eine Schüssel gießen. Die Minzeblättchen waschen, trocken tupfen und in Streifen schneiden. Einige Minzestreifen zum Garnieren zurückbehalten. In den Joghurt rühren und ca. 30 Minuten kaltstellen.

Die Heidelbeeren waschen, verlesen, trocken tupfen. Eventuell noch vorhandene Stiele abzupfen. Dann ins Gefrierfach geben und kurz anfrieren lassen.

Die Heidelbeeren unter den Joghurt heben, alles portionieren und mit einigen Minzestreifen garniert servieren.

Guten Appetit!

Unser Betrieb ist Mitglied in der Vereinigung der Spargel- und Beerenanbauer e.V.



Hauke Müller > Tel. 05808-749
Lindener Weg 6 > 29581 Gr. Süstedt
www.muellers-heidelbeeren.de