

Beerenmix mit Joghurt



Zutaten für
4 Personen



Zubereitungsdauer:

ca. 10 Minuten

100g Johannisbeeren
100g Himbeeren
250g Erdbeeren
500g Naturjoghurt
2 EL Agavendicksaft
6 EL Haferflocken
2 EL Rapsöl
50g gehackte Mandeln



Anleitung

Eine Pfanne mit dem Öl anstellen. Haferflocken und Mandeln kurz darin anrösten, dann den Agavendicksaft dazu geben und alles gut verrühren.

Zur Seite stellen. Die Beeren waschen und das Grün entfernen. Erdbeeren vierteln. Die Beeren mischen und auf 4 Schälchen verteilen. Den Joghurt darüber verteilen und mit dem Haferflockencrunch verziehen.

Guten Appetit.

Zusätzlicher Tipp

Zum Obstsalat passt Naturjoghurt, Sojajoghurt oder andere Pflanzenjoghurt Sorten. Auch das Homemade Müsli schmeckt himmlisch dazu.