



Frozen-Joghurt-Muffins mit Beeren

Zeit gesamt
🕒 3h 15min

Zubereitungszeit
🕒 15min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 12 Portionen

Bio Limetten	1 St.
Schokolade, Weiß	100 g
Himbeeren, frisch	100 g
Heidelbeeren, frisch	200 g
Brombeeren, frisch	100 g
Honig	2 EL
Schlagsahne	200 g
Joghurt, natur	300 g
Puderzucker	100 g
Minze, frisch	5 g

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, große Schüssel, hohes Gefäß, SILVERCREST Stabmixer/
Pürierstab, SILVERCREST Handrührgerät mit Schneebesen, Muffinform

1. Limette halbieren und Saft auspressen. Schokolade grob hacken. Früchte waschen. In einem hohen Gefäß die Hälfte der Heidelbeeren mit 1 EL Honig fein pürieren.
2. In einer Schüssel Sahne mit einem Handrührgerät mit Schneebesen steif schlagen. In einer weiteren Schüssel Joghurt mit Puderzucker und 2 EL Limettensaft verrühren. Sahne mit einem Schneebesen vorsichtig unterheben. Anschließend ganze Früchte, weiße Schokolade und pürierte Heidelbeeren locker unterheben.
3. Ein Muffinblech mit Papiermanschetten auskleiden und Joghurt-Masse auf die Mulden verteilen. Joghurt-Muffins im Gefrierfach min. 3 Std. gefrieren lassen.
4. Frozen-Joghurt-Muffins vor dem Servieren ca. 5 Min. aus dem Gefrierfach nehmen und antauen lassen. Muffins zum Servieren mit 1 EL Honig beträufeln und nach Belieben mit etwas Minze garnieren.

Viel Freude beim Genießen!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	142 kcal
Kohlenhydrate	22 g
Eiweiß	4 g
Ballaststoffe	2 g
Fette	5 g