




# Heidelbeer-Skyramisu

 Zeit gesamt  
20min

 Zubereitungszeit  
20min

 Schwierigkeit  
Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

Rohrzucker	100 g
Wasser	100 ml
Heidelbeeren	400 g
Schlagsahne	200 g
Skyr, natur	400 g
Vanillinzucker	20 g
Löffelbiskuits	100 g

## Zubereitung

 Küchenutensilien

kleine Schüssel, mittlere Schüssel, hohes Gefäß, kleine Auflaufform, Sieb, Pürrierstab, Handrührgerät mit Schneebesen

1. In einem Topf Rohrzucker und Wasser aufkochen, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Anschließend abkühlen lassen. Heidelbeeren waschen und abtropfen lassen. In einer Schüssel Schlagsahne mit einem Handrührer mit Schneebesen steif schlagen. In einer weiteren Schüssel Skyr mit Vanillinzucker verrühren.
2. Schlagsahne vorsichtig unter den Skyr heben. In einem hohen Gefäß 50 g Heidelbeeren mit der Hälfte des Zuckersirups fein pürieren.
3. Löffelbiskuits nebeneinander in eine eckige Schale legen und mit dem übrigen Sirup beträufeln. 300 g Heidelbeeren auf den Biskuits verteilen. Skyr darübergeben und glatt streichen. Fruchtsauce auf den Skyr geben und leicht unterheben. Bis zum Servieren kalt stellen.
4. Übrige Heidelbeeren auf dem Skyramisu verteilen und servieren.

Viel Freude beim Genießen!

Tipp: Das Skyramisu schmeckt im Winter auch mit aufgetauten TK-Beeren.

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt 404 kcal

---

Kohlenhydrate 66 g

---

Eiweiß 16 g

---

Ballaststoffe 3 g

---

Fette 9 g

---