




Himbeergelee mit Blaubeeren-Joghurt-Sauce

 Zeit gesamt
6h 30min

 Zubereitungszeit
30min

 Schwierigkeit
Mittel



Zutaten

für 4 Portionen

Blattgelatine	12 g
Zitronen	1 St.
Wasser	150 ml
Zucker	150 g
Himbeeren	400 g
Heidelbeeren	250 g
Joghurt, natur	150 g
Milch	4 EL
Puderzucker	1 EL

Zubereitung

 Küchenutensilien

hohes Gefäß, kleiner Topf, Sieb

1. In einer Schüssel Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Zitrone halbieren und Saft auspressen. Einen Topf auf mittlerer Stufe erhitzen, Zitronensaft, 150 ml Wasser und Zucker zum Kochen bringen.
2. Himbeeren waschen und abtropfen lassen. In einem hohen Gefäß Himbeeren und Zitronensirup pürieren und durch ein Sieb streichen. 2 EL Himbeerpüree in einem Topf auf niedriger Stufe erhitzen, Gelatine darin auflösen und mit übrigem Himbeerpüree verrühren. In 4 kalt ausgespülte Förmchen (à 175 ml) gießen und im Kühlschrank für ca. 3 Std. fest werden lassen.
3. Blaubeeren verlesen und waschen. In einer Schüssel Joghurt, Milch und Puderzucker verrühren. Blaubeeren vorsichtig unterrühren. Himbeergelee mit einem Messer am Rand lösen, ggf. in heißes Wasser tauchen. Himbeergelee auf Teller stürzen und mit Blaubeeren-Joghurt-Sauce servieren.

Viel Freude beim Genießen!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt 291 kcal

Kohlenhydrate 65 g

Eiweiß 9 g

Ballaststoffe 9 g

Fette 2 g
