

Obstsalat mit Joghurt

Zutaten:

2 kleine Becher

Naturjoghurt (3,5% Fett)

Frisches Obst nach Wahl

(z.B. Banane, Weintrauben,
Apfel, Mango, Ananas, Erdbeeren)

etwas Zitronensaft

1 Teelöffel Zucker

Vanillegeschmack (z.B. eine Vanillestange auskratzen,
Vanillearoma oder etwas Vanillezucker)

Rezept

Mische den Joghurt mit Zitronensaft und vanillegeschmack und stelle ihn wieder in den Kühlschrank.

Schneide das Obst klein und mache Zitronensaft darüber, damit es nicht braun wird. Gib einen Teelöffel Zucker dazu. Rühre vorsichtig durch und lasse den Obstsalat mindestens eine halbe Stunde stehen, damit sich der Geschmack entwickeln kann.

Verteile den Obstsalat in kleine Schälchen und gebe den Joghurt darüber.

