



Beerentraum mit Walnusskaramell



Nährwertangaben (pro Portion/Stück)

Energie: 533 kcal/2223 kJ
Eiweiß: 16,6 g Fett: 19,9 g
Kohlenhydrate: 70,3 g

Zubereitung:

1. Walnüsse grob hacken. 80 g Zucker in eine beschichtete Pfanne geben und golden karamellisieren lassen. Walnüsse zufügen. Die Masse sofort auf ein Stück Backpapier geben und flach streichen. Das erkaltete Walnusskaramell in kleine Stücke hacken.
2. Beerenfrüchte mit restlichem Zucker pürieren, nach Belieben durch ein Sieb streichen. Quark mit Joghurt, Vanillezucker, abgeriebener Zitronenschale und Saft verrühren.
3. Quark abwechselnd mit Beerenfrüchten und Walnüssen in Gläser schichten. Mit Walnusskaramell verzieren.

Zutaten für 4 Portionen :

100 g kalifornische Walnüsse
120 g Zucker
400 g tiefgefrorene Beerenfrüchte
250 g Magerquark
500 g Vanillejoghurt
3 Päckchen Bourbon Vanillezucker
Saft und Schale einer unbehandelten Zitrone