



# Erdbeer-Carpaccio mit Walnüssen



## Nährwertangaben (pro Portion/Stück)

Energie: 150 kcal/ 620 kJ	Fett: 10 g
Eiweiß: 4 g	Davon gesättigte Fettsäuren: 1 g
Kohlenhydrate: 9 g	ungesättigte Fettsäuren: 9 g

## Zubereitungszeit:

ca. 20 Minuten + Kühlzeit

## Zubereitung:

**1.** Die Gelatineblätter in kaltem Wasser einweichen. 200 Milliliter Wasser in einem Topf zum Kochen bringen, einen Teelöffel Stevia und die Blätter eines Minzezweigs hinzugeben, bedecken und 2 Minuten ziehen lassen. Absieben, die Gelatineblätter hinzugeben, rühren bis sich die Gelatine gelöst hat und dann die Mischung in einen flachen Behälter geben und 4 Stunden im Kühlschrank ruhen lassen.

**2.** Den Joghurt mit einem fein gemahlten Teelöffel Stevia und zwei frischen gehackten Minzeblättern mischen. Die Erdbeeren in dünne Scheiben schneiden. Gelatine in kleine Würfel schneiden.

**3.** Erdbeerscheiben auf vier Tellern fächerartig auslegen und den Joghurt darüber geben. Mit den Gelatinewürfeln, Walnüssen und den restlichen Minzeblättern garnieren.

## Zutaten für 4 Portionen :

- 500 g Erdbeeren
- 50 g kalifornische Walnüsse
- 1 fettarmer Joghurt (250 g)
- 2 Zweige Minze
- 2 TL Steviablätter, getrocknet und gemahlen
- 2 Blätter Gelatine (zuckerfrei)