

Low-Carb-Joghurt-Schnitten mit Blaubeeren

VORBEREITEN

20
Min.

ZUBEREITEN

3,25
Std.

NIVEAU



Zutaten für 12 Portionen

Für die Joghurtcreme

500 g Magerquark
500 g Joghurt
300 g Frischkäse
1 Bio Zitrone
1 Vanilleschote
6 Blatt Gelatine
120 g Xucker

Für das Topping

400 g gefrorene Blaubeeren
200 g frische Blaubeeren
4 Esslöffel Xucker
4 Zweig(e) Minze

Besonderes Zubehör

eckige Auflauf- oder Backform
Frischhaltefolie

Ist das Kuchen? Naja fast. Da die cremigen Joghurt-Schnitten ohne Boden und Backen auskommen, gehen sie wohl eher als erfrischendes Dessert, statt als richtiger Kuchen durch. Ohne raffinierten Zucker, dafür mit fruchtigem Blaubeerkompott und frischen Beeren

getoppt, sind sie aber vor allem eines: Low Carb!

- 1 -

Eckige Auflauf- oder Backform mit Frischhaltefolie auskleiden.

- 2 -

Für die Joghurtcreme Gelatine ca. 10 Minuten in kaltem Wasser einweichen.

- 3 -

Quark, Joghurt und Frischkäse mit Xucker galtrühren. Zitrone auspressen und Schale abreiben. Vanilleschote auskratzen. Vanillemark und Zitronenschale unter die Joghurtcreme rühren und beiseitestellen.

- 4 -

Gelatine ausdrücken, mit Zitronensaft in einem Topf erwärmen und auflösen. Mit einem Schneebesen nach und nach unter die Joghurtcreme rühren. Creme in die Form füllen und mindestens 3 Stunden kaltstellen.

- 5 -

Für das Topping gefrorene Blaubeeren in einem Topf mit Xucker aufkochen. Hitze reduzieren und ca. 10 Minuten einkochen lassen. Vom Herd nehmen und vollständig abkühlen lassen.

- 6 -

Joghurtcreme vorsichtig aus der Form lösen und stürzen. Folie entfernen und Blaubeerkompott gleichmäßig auf der Creme verstreichen. Mit frischen Blaubeeren und Minze toppen und in 12 Schnitten schneiden.