

REZEPT FÜR APRIKOSEN-LAVENDEL-FRUCHTAUFSTRICH



APRIKOSEN-LAVENDEL-FRUCHTAUFSTRICH

Schwierigkeitsgrad: unkompliziert

für 2 Gläser à ca. 175 ml | 10 Min.

Zutaten

- 2-3 Stiele ungespritzter Lavendel
- 250 g reife Aprikosen
- Mark von 1/2 Vanilleschote
- 130 g SweetFamily 1-2-3 Fruchtaufstrich
- 1-2 TL Zitronensaft



3169

ZUBEREITUNG

183

Kcal

Pro 100 ml ca.

1

Gramm

Eiweiß

44

Gramm

Kohlenhydrate

0

Gramm

Fett

1. Lavendelblüten abzupfen. Aprikosen waschen, vierteln und entsteinen. Beides mit Vanillemark und [1-2-3 Fruchtaufstrich](#) in einen hohen Rührbecher geben.
2. Mit dem Pürierstab 45 Sekunden mixen. Je nach Süße der Aprikosen mit etwas Zitronensaft abschmecken, nochmals kurz durchmixen.
3. [Fruchtaufstrich](#) sofort in saubere, heiß ausgespülte Gläser füllen. Verschließen, gekühlt aufbewahren und zügig aufbrauchen.