REZEPT FÜR ERDBEER-ZITRONENGRAS-FRUCHTAUFSTRICH

ERDBEER-ZITRONENGRAS-FRUCHTAUFSTRICH

Schwierigkeitsgrad: unkompliziert

für 2 Gläser à ca. 175 ml | 15 Min. | + Abkühlzeit

Zutaten

- 2 Stangen Zitronengras
- 1 Stiel Zitronenmelisse
- 250 g Erdbeeren
- Saft von 1/2 Zitrone
- 130 g SweetFamily 1-2-3 Fruchtaufstrich

4096

ZUBEREITUNG

175	1	41	0
Kcal	Gramm	Gramm	Gramm
(100 ml)	Eiweiß	Kohlenhydrate	Fett

1. Zitronengras längs aufschneiden, weiches Mark herauslösen und fein hacken. Zitronenmelisse waschen, trocken tupfen und Blättchen abzupfen. Erdbeeren putzen und würfeln.

2. Erdbeeren, Zitronengras, Zitronensaft und 1-2-3 Fruchtaufstrich in einen hohen Rührbecher geben und mit dem Pürierstab 45 Sekunden mixen. Zitronenmelisse zufügen und kurz untermixen.

3. Fruchtaufstrich sofort in saubere, heiß ausgespülte Gläser füllen. Verschließen, gekühlt aufbewahren und zügig aufbrauchen.