



Himbeergelee mit Blaubeeren-Joghurt-Sauce

Zeit gesamt
6h 30min

Zubereitungszeit
30min

Schwierigkeit
Mittel



Zutaten

für 4 Portionen

Blattgelatine	12 g
Zitronen	1 St.
Wasser	150 ml
Zucker	150 g
Himbeeren, frisch	400 g
Heidelbeeren, frisch	250 g
Joghurt, natur	150 g
Milch	4 EL
Puderzucker	1 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

hohes Gefäß, kleiner Topf, Sieb

1. In einer Schüssel Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Zitrone halbieren und Saft auspressen. Einen Topf auf mittlerer Stufe erhitzen, Zitronensaft, 150 ml Wasser und Zucker zum Kochen bringen.
2. Himbeeren waschen und abtropfen lassen. In einem hohen Gefäß Himbeeren und Zitronensirup pürieren und durch ein Sieb streichen. 2 EL Himbeerpüree in einem Topf auf niedriger Stufe erhitzen, Gelatine darin auflösen und mit übrigem Himbeerpüree verrühren. In 4 kalt ausgespülte Förmchen (à 175 ml) gießen und im Kühlschrank für ca. 3 Std. fest werden lassen.
3. Blaubeeren verlesen und waschen. In einer Schüssel Joghurt, Milch und Puderzucker verrühren. Blaubeeren vorsichtig unterrühren. Himbeergelee mit einem Messer am Rand lösen, ggf. in heißes Wasser tauchen. Himbeergelee auf Teller stürzen und mit Blaubeeren-Joghurt-Sauce servieren.

Viel Freude beim Genießen!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	291 kcal
Kohlenhydrate	65 g
Eiweiß	9 g
Ballaststoffe	9 g
Fette	2 g