



Pfirsich-Vanille-Drink

Zeit gesamt
15min

Zubereitungszeit
15min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Pfirsich aus der Dose	400 g
Skyr, natur	600 g
Vanillinzucker	10 g
Milch	200 ml
Haferflocken, zart	40 g
Mandeln, ganz	80 g

Zubereitung



Küchenutensilien

hohes Gefäß, Pürierstab

1. Pfirsiche in einem Sieb abtropfen lassen. In einem hohen Gefäß Pfirsiche, Skyr, Vanillinzucker, Milch und Haferflocken fein pürieren.
2. Mandeln grob hacken und in einer Pfanne ohne Fett rösten. Den Drink auf 2 Gläser verteilen, mit Mandeln bestreut servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	332 kcal
Kohlenhydrate	33 g
Eiweiß	26 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	12 g