



Skyr mit gemischten Beeren

Zeit gesamt
5min

Zubereitungszeit
5min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Heidelbeeren, frisch	150 g
Himbeeren, frisch	150 g
Erdbeeren	100 g
Skyr, natur	600 g
Zimt	
Honig	2 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, Sieb, Schneebesen

1. Beeren waschen. Blätter der Erdbeeren entfernen und halbieren. In einer Schüssel Skyr nach Belieben mit Zimt und Honig abschmecken.
2. Skyr auf Schälchen verteilen und mit Beeren garniert servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Anstelle von frischen Beeren kannst du auch eine Beerenmischung aus dem Tiefkühlfach verwenden. Tauge dazu die Beeren am besten über Nacht im Kühlschrank auf.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	165 kcal
Kohlenhydrate	24 g
Eiweiß	19 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	0 g