Wackelpudding mit Beeren

Zeit gesamt
4h 20min

Zubereitungszeit
20min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Blattgelatine	4 St.
Himbeeren, frisch	150 g
Heidelbeeren, frisch	150 g
Erdbeeren	150 g
Zitronen	1 St.
Apfelsaft	500 ml
Schmand	200 g
Milch	3 EL
Honig	2 EL
Zimt	

Zubereitung

Küchenutensilien

kleine Schüssel, kleiner Topf

1. In einer Schüssel Gelatine ca. 5 Min. in kaltem Wasser einweichen. Inzwischen Beeren waschen und ggf. verlesen. Erdbeerstrunk entfernen und je nach Größe halbieren oder vierteln. Zitrone halbieren und Saft auspressen.

2. 300 g Beeren auf 4 Gläser oder Schälchen verteilen, übrige Beeren kühl stellen. In einem Topf Apfel- und Zitronensaft erwärmen. Gelatine abtropfen lassen, darin auflösen und über die Beeren in die Förmchen gießen. Wackelpudding mind. 4 Std. im Kühlschrank fest werden lassen.

3. In einer Schüssel Schmand mit Milch, Honig und Zimt verrühren. Förmchen kurz in heißes Wasser halten. Wackelpudding mit Beeren auf Teller stürzen und mit dem Schmand und übrigen Beeren anrichten.

Viel Freude beim Genießen!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	254 kcal
Kohlenhydrate	38 g
Eiweiß	6 g
Ballaststoffe	5 g
Fette	11 g