



Joghurt, Quark und Früchte

(Zutaten für zwei Personen als Hauptspeise)



125 Gramm	Joghurt
125 Gramm	Speisequark Vollfettstufe
250 Gramm	Himbeeren tiefgekühlt
1 Paket	Schokokrokant o.ä.
1 Stück	Orange
100 Gramm	Zucker

Zubereitung

Orange auspressen und mit dem Quark vermischen. Nach Wunsch zuckern.

½ der Himbeeren mit dem Joghurt mixen und ebenfalls nach Wunsch zuckern.

Den Rest der Himbeeren grob zerkleinern.

In einem Glas nun zunächst den Quark einfüllen, dann eine Schicht Schokokrokant, dann die grob zerteilten Himbeeren. Abschließend mit Joghurt auffüllen und mit je einer Himbeere ausdekorieren.