



Joghurtcreme mit karamellisierten Haferflocken

Für 4 Personen

- 1 EL Zucker
- 2 EL kernige Haferflocken
- 2 EL Maispop
- 150 g Magerquark
- 350 g Sahnejoghurt
- 1 TL Zitronensaft
- 8 EL Honig
- 1 handvoll Obst



NaturEnergie
von Energiedienst