

# FRUCHTJOGHURT SELBSTGEMACHT



für zwischendurch



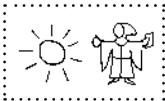
## Du brauchst für 4 Portionen

200 g frische Beeren, z.B.  
Erdbeeren, Himbeeren  
oder Heidelbeeren  
500 g Naturjoghurt  
2 TL Honig

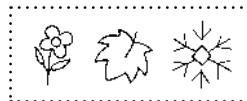
## Nach Belieben

Walnusskerne oder  
Haselnüsse

1. Naturjoghurt, Beeren und Honig in eine Schüssel geben. Alles gut verrühren.
2. Nach Belieben Nüsse dazugeben.



VARIANTE ↘



Du kannst die frischen Beeren durch eingeweckte Kirschen oder Beeren aus dem Tiefkühlfach ersetzen. Diese am besten über Nacht im Kühlschrank auftauen lassen.