

Rezept von Nina Meyer

JOGHURT BOWL

Zutaten für 4 Personen

- › 360 g Naturjoghurt
- › 96 g Haferflocken
- › 8 EL gemischte Nüsse und Saaten
- › 128 g Apfeldicksaft
- › 4 EL gefriergetrocknete Himbeeren
- › 4 EL Kakao Nibs
- › 4 EL gepuffter Buchweizen
- › 2 Birnen
- › 200 g Zucker
- › 170 ml Sahne
- › 60 ml Wasser
- › 50 g Butter
- › 4 Kardamom-Kapsel
- › 4 Sternanis
- › 4 Pfefferkörner



© erlebe.bayern - Guido Schmelich



Zubereitung

1. Den Backofen auf 180 °C vorheizen. In einer Schüssel Haferflocken, Nüsse (z. B. Mandeln, Haselnüsse, Kürbiskerne, Sonnenblumenkerne, Leinsaat) und Apfeldicksaft mischen. Die Mischung auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech geben und für ca. 12 Minuten im Ofen backen.

2. Die Kompottgewürze (Sternanis, Pfefferkörner und Kardamom-Kapsel) und Zucker in einen kleinen Topf geben. Das Ganze mit Wasser aufgießen und zum Kochen bringen. Währenddessen die Birne schälen, das Kerngehäuse entfernen und in Spalten schneiden. Die vorbereitete Birne dann in den Sud legen und noch einmal kurz aufkochen lassen. Anschließend die Hitze reduzieren und die Birne sanft im Sud ziehen lassen, bis sie weich ist.

3. Das Wasser und den Zucker in einen Topf geben und zum Kochen bringen, dabei kontinuierlich umrühren, bis sich der Zucker vollständig aufgelöst hat. Anschließend die Hitze reduzieren und die Mischung sanft köcheln lassen, bis sie eine goldbraune Farbe annimmt. Es erfordert Geduld, aber vermeide dabei, weiter zu rühren. Sobald der gewünschte Bräunungsgrad erreicht ist, den Topf vom Herd nehmen und vorsichtig die Sahne unterrühren, gefolgt von der Zugabe der Butter.

4. Den Joghurt in eine tiefe Schale geben und darauf alle Zutaten nett arrangieren.



Gefördert durch

Bayerisches Staatsministerium für
Ernährung, Landwirtschaft, Forsten und Tourismus

Mehr kulinarische Leckerbissen
findet ihr unter erlebe.bayern/rezepte

