



Cremiges Erdbeer-Tiramisu

Zubereitung

Waschen Sie zunächst die Erdbeeren und legen Sie vier Stück beiseite. Würfeln Sie die restlichen Erdbeeren und vermischen Sie Zitronensaft und Honig miteinander. Lassen Sie dies für 15 Minuten ruhen.

Schlagen Sie nun die Sahne steif und vermischen Sie diese mit dem Fresubin 3.2 KCAL Drink Vanille-Karamell sowie dem Magerquark.

Zerkleinern Sie die Cantuccini grob und geben Sie diese in vier Dessertgläser.

Verteilen Sie darauf zuerst eine Schicht Erdbeeren und dann eine Schicht der Sahnemasse. Schließen Sie mit einer Schicht Erdbeeren ab. Garnieren Sie die Gläser mit den vier übrig gebliebenen Erdbeeren. Stellen Sie das Tiramisu für eine Stunde in den Kühlschrank.



Dessert

Level



4



1,5 Std.

Zutaten

200 ml	Fresubin 3.2 KCAL Drink Vanille-Karamell*
250 g	Erdbeeren
1 EL	Zitronensaft (6 g)
1 EL	Honig (20 g)
100 g	Schlagsahne
200 g	Magerquark
100 g	Cantuccini (Mandelgebäck)

Nährwerte pro Portion

Energie	423 kcal
Eiweiß	18 g
Fett	19 g
Kohlenhydrate	43 g

* Geschmacksrichtung, Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät). Zum Diätmanagement bei bestehender oder drohender Mangelernährung.

(04.23/SG)