



Grießpudding

Zubereitung

Fresubin 2 KCAL Drink Aprikose-Pfirsich zusammen mit der Milch in einen Topf geben und erwärmen.

Den Grieß dazugeben und 10 Minuten lang einrühren, bis der Grieß gequollen ist. Anschließend den Zucker und die kleingeschnittenen Aprikosen dazugeben. Den Pudding im Anschluss in 4 Förmchen geben und im vorgeheizten Ofen für 10 Minuten bei 180 °C backen. Nach Ablauf der 10 Minuten den Pudding aus dem Ofen herausnehmen, auskühlen lassen und im Kühlschrank aufbewahren. Nach belieben kann der Grießpudding mit verschiedenen Beeren oder Früchten getoppt werden.

Tipp

Die Aprikosen können beliebig durch andere Früchte ersetzt werden, z. B. Erdbeeren oder Pflaumen



Dessert

Level ■■■□



4



35 Min.

Zutaten

200 ml	Fresubin 2 KCAL Drink Aprikose-Pfirsich*
200 ml	Milch (3,5 %)
50 g	Grieß
40 g	Zucker
8	getrocknete Aprikosen

Nährwerte pro Grießpudding

Energie	240 kcal
Eiweiß	9,2 g
Fett	6,3 g
Kohlenhydrate	37,2 g