



Erdbeer-Joghurt-Glas

Zutaten für 2 Portionen

- 1 Tasse frische Erdbeeren, gewaschen, entstielt und in Scheiben geschnitten
- 1 Tasse griechischer Joghurt oder Pflanzenjoghurt
- 1 EL Ahornsirup
- ½ TL Vanilleextrakt (optional)
- Minze zum Garnieren
- Nach Belieben: ¼ Tasse Granola

Zubereitung

- In einem kleinen Behälter den griechischen Joghurt mit Ahornsirup und Vanilleextrakt vermengen.
- Beginne damit, eine Schicht Erdbeerscheiben in ein Glas zu legen, füge eine Schicht der Sirup-Joghurt-Mischung über die Erdbeeren hinzu. Wenn du möchtest, wiederhole die Schichtung.
- Optional kannst du einige Granola Clusters auf die oberste Joghurtschicht streuen, um dem Dessert etwas Crunch zu verleihen.
- Garniere das Glas mit einigen frischen Minzblättern.
- Stelle die Erdbeer-Joghurt-Gläser für mindestens 15 Minuten in den Kühlschrank, damit sie sich abkühlen und die Aromen sich verbinden können.
- Tipp: Serviere die Erdbeer-Joghurt-Gläser als erfrischendes Dessert oder als gesundes Frühstück.