



Papaya-Schiffchen

Zutaten für 2 Portion

- 1 Papaya
- 400g (Soja-) Joghurt
- 4 EL Haferflocken
- Obst und Früchte nach Wahl, z.B.: Heidel-, Him-, Erd- & Brombeeren, Melone, Granatapfelkerne.
- ggf. etwas Süße wie Honig, Agavendicksaft o. ä.
- Weitere Toppings nach Belieben, z.B.: Nussmus, Granola, Kakaonibs, Nüsse, Kokosflocken

Zubereitung

- Papaya in 2 gleich große Hälften teilen und die Kerne entfernen.
- (Soja-) Joghurt ggf. mit Honig o. ä. süßen und die Haferflocken unterrühren.
- Weitere Früchte und Beeren waschen und ggf. kleinschneiden.
- Die Papaya-Hälften gleichmäßig mit dem Joghurt-Haferflocken-Mix befüllen und die Früchte darüber geben.
- Papaya-Schiffchen mit weiteren Toppings nach Belieben garnieren und schmecken lassen.