

## GESUNDE REZEPTE ZUM NACHKOCHEN

### HEIDELBEER-VANILLE- DESSERT IM GLAS

**Zutaten (für 6 Portionen):** 80 g Vollkornbiskotten, 40 g Butter, 300 g Topfen, 250 g Joghurt, 25 g Staubzucker, 1 Packung Vanillezucker, 1 unbehandelte Zitrone, 170 g Heidelbeeren (Alternative: Tiefkühl-Heidelbeeren), 1 Esslöffel Zucker

**Zubereitung:**

Die tiefgekühlten Heidelbeeren zum Antauen aus dem Gefrierschrank nehmen. Die Biskotten zerbröseln und mit der weichen Butter mischen. Diese Masse wird als Boden in hohe Gläser gefüllt und in der Zwischenzeit in den Kühlschrank gestellt.

Von der Zitrone die Schale abreiben und den Saft auspressen und gemeinsam mit dem Topfen, Joghurt und dem Staubzucker verrühren. Den Vanillezucker dazugeben.

Ein paar Heidelbeeren für das Topping beiseitestellen. Die restlichen Heidelbeeren mit dem Zucker pürieren. Die Gläser aus dem Kühlschrank geben und mit der halben Menge der Topfen-Joghurtmasse befüllen. Das Heidelbeerpüree als mittlere Schicht einfüllen, die restliche Topfenmasse darauf verteilen und die ganzen Heidelbeeren daraufsetzen.

Die fertigen Gläser wieder zum Kühlen in den Kühlschrank stellen.

