

# Heidelbeercreme



Rezept für 4 Portionen  
Dauer: ca. 10 Minuten

## Zutaten:

Zutat	Menge
Brauner Rum	1 EL (Esstlöffel)
Bienenhonig	4 EL (Esstlöffel)
Bananen	2 Stk.
Sauerrahm / saure Sahne	1/8 Liter
Vanillezucker / Vanillinzucker	1 Prise(n)
Heidelbeeren	150 g
Natur-Joghurt / Naturjoghurt	¼ Liter

## Zubereitung:

Einen EL Heidelbeeren zum Verzieren beiseite geben, den Rest der Beeren und die Bananen pürieren. Alle anderen Zutaten dazu mischen. Creme in Gläser füllen und kaltstellen. Die kalte Creme vor dem Servieren mit Heidelbeeren verzieren.

TIP: Wichtig ist, dass man stichfestes Joghurt verwendet und dass man die Creme lange genug kaltstellt!

Gutes Gelingen wünscht



Link zu diesem Rezept: <http://www.koch-idee.at/Rezept-336-Heidelbeercreme.html>  
Mehr leckere Koch-Ideen zum Nachkochen gibts auf [www.koch-idee.at](http://www.koch-idee.at)