



SMOOTHIE-HIMBEER-QUARKMOUSSE

QimiQ VORTEILE



15



leicht



Tipps

Anstelle von Smoothies könnte man auch Fruchtenektar nehmen.

Sie können den Kaloriengehalt reduzieren, indem Sie den Zucker durch 5 g Süßstoff (Natreen flüssig) ersetzen.

ZUTATEN FÜR 10 PORTIONEN

200 g QimiQ Whip Konditorcreme, gekühlt

200 g Magertopfen / Quark

150 ml Smoothie Himbeere

80 g Zucker

50 g Himbeeren, tiefgefroren

ZUBEREITUNG

1. Kalte QimiQ Whip Konditorcreme in der Rührmaschine schaumig rühren.
2. Quark, Himbeer Smoothie, Zucker und TK Himbeere zugeben und bei höchster Stufe 3 Minuten aufschlagen.