



Stevia 

Mandel-Kirsch-Crème

Zutaten für 10 Portionen:

500 g Mascarpone
300 g Naturjoghurt (3,5 % Fett)
10 ml HUXOL Stevia Flüssigsüße
1 Pck. Vanillezucker oder
Mark einer halben Vanilleschote
2 Becher Sahne (30 % Fett)
400 g gut abgetropfte Sauerkirschen
100 g geröstete, gehackte Mandeln

Zum Garnieren etwas Kirschen und
gehackte Mandeln



Zubereitung:

Die Sahne steif schlagen. Anschließend Mascarpone, Joghurt, HUXOL Stevia Flüssigsüße und Vanillezucker oder Mark einer halben Vanilleschote gut verrühren. Die geschlagene Sahne unterheben. Die Mandeln kurz in einer beschichteten Pfanne ohne Fett rösten. Dabei darauf achten, dass sie nicht anbrennen.

Die abgetropften Kirschen und die Mandeln unterziehen und in Dessertgläser füllen. Mit gehackten Mandeln und einer Kirsche garnieren.

Durchschnittliche Nährwerte

	pro 100 g	pro Stück (ca. 170 g)
Brennwert	1104 kJ / 267 kcal	1894 kJ / 458 kcal
Eiweiß	4,0 g	6,8 g
Fett	25,1 g	43,0 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,0 g	0,0 g
KH	5,1 g	10,5 g
davon Zucker	3,1 g	5,3 g
Ballaststoffe	0,8 g	1,3 g
Natrium	0,0 g	0,0 g

Abdruck honorarfrei bei Berücksichtigung unserer Rezepthinweise. Bei Veröffentlichung bitten wir um Zusendung von zwei Belegexemplaren.

Kontakt:

Nutrisun GmbH & Co. KG
Bosteler Feld 6
21218 Seevetal
DEUTSCHLAND

Tel.: +49 4105 504-0
Fax: +49 4105 624-0
E-Mail: pr@LSH-AG.de
www.Nutrisun.de