



5 MINUTEN TIRAMISU IM GLAS / SOMMERLICHES, LEICHTES TIRAMISU



Leichtes, sommerliches Tiramisu mit wenig Zucker und einer fettärmeren Creme. Ein ideales Sommer-Dessert zum Mitnehmen!



Zubereitungszeit

5 Minuten

PORTIONSRECHNER:

Portionen: 6

ZUBEREITUNG

Ich habe das 5 Minuten-Tiramisu in kleinen Einmachgläsern angerichtet. Vermische dafür Kirschsafte und Espresso. Tauche die Löffelbiskuits jeweils von beiden Seiten hinein und lege einen Löffelbiskuit in jedes Glas. Zerschneide sie dafür mit den Fingern. Verteile die Früchte darüber.

Verrühre den Quark mit Puderzucker, Vanille und Zitronenschale. Füge den Joghurt hinzu und rühre ihn kurz unter. Verteile die Creme über den Früchten.

Kühle nun das Dessert abgedeckt für mindestens 2 Stunden.

Bestreue das Tiramisu vor dem Servieren mit Kakaopulver.

Viel Spaß beim Nachmachen, eure Sally!

ZUTATEN:

- 50 ml** Kirschsafte
- 50 ml** Espresso
- 6** Löffelbiskuits
- 250 g** Himbeeren (oder andere Früchte, frisch oder TK)
- 200 g** Quark (Magerstufe)
- 36 g** Puderzucker
- 100 g** Naturjoghurt
- Vanilleextrakt
- 1** Zitrone (Abrieb)

ZUM SERVIEREN:

- 2 EL** Kakaopulver (Backkakao, ungesüßt)