

Fruchtiger Joghurt zum Trinken

© Joachim Brendel

Zutaten für 4 – 6 Personen

500 ml Joghurt - 3,5 % Fett
200 ml Milch - 3,5% Fett
1 Banane
1 Apfel
2 Pfirsiche od. Nektarinen
1 Btl. Dr. Oetker Bourbon Vanille - Zucker

Zubereitung

Nur Obst und Milchprodukte bester Qualität verwenden. *Ich bevorzuge, soweit vorhanden, Obst aus dem Garten meiner lieben Schwiegereltern – selbstverständlich naturbelassen und ungespritzt.* Bei den Milchprodukten greife ich gerne zu „Weihenstephan“.

Die Banane schälen. Das restliche Obst nur gut waschen aber nicht schälen. Den Apfel

entkernen sowie Stiel und Blütenansatz entfernen. Die Pfirsiche entkernen.

Das gesamte Obst grob zerkleinern.

Die zerkleinerten Obststücke in einem hochwandigen Gefäß mit etwa der Hälfte des Joghurts mit dem elektrischen Pürierstab (ESGE Zauberstab) gründlich und sehr fein pürieren.

Bei ständigem Pürieren nach und nach sowohl den restlichen Joghurt und den Vanille – Zucker zugeben als auch das Ganze mit der Milch bis auf insgesamt ca. 1 Liter auffüllen.

Gesund, erfrischend, lecker. Falls der Joghurt zu dick ist oder später eindickt, einfach mit weiterer Milch verdünnen.

