

Für Leib...

Erdbeerglück

(für 2-4 Personen)

Zutaten:

½ Liter Buttermilch
500 Gramm frische oder gefrorene Erdbeeren
Zucker nach Geschmack
1 kleiner Becher Naturjoghurt
Zucker nach Geschmack oder Agavendicksaft
etwas geschmolzene Schokolade

Zubereitung:

Die Erdbeeren putzen und waschen.
Ein paar Erdbeeren mit der geschmolzenen und etwas abgekühlten Schokolade garnieren, z.B. als Gesicht 😊!
Die restlichen Erdbeeren in der Buttermilch in einem hohen Gefäß pürieren. Zucker und Naturjoghurt unterrühren.
Abschmecken und in hohe Gläser gießen.
Eine ganze Erdbeere an den Rand stecken. Strohhalm einstecken, servieren und genießen.



Tipp: Eignet sich gut zur Ergänzung des Frühstücks oder als Durstlöcher im Sommer.

Gutes Gelingen und guten Appetit!

...und Seele!

Himmliches Glück

Wenn ich mit offenen Augen betrachte,
was du, mein Gott, geschaffen hast,
besitze ich hier schon den Himmel.