



Das soll jetzt aber nicht heißen, dass es bei uns jeden Tag
vor dem Essen gibt. Die Kinder wurde es natürlich freuen aber
vor allem auch schneller Desserts Zeit. Und darum liebe ich
den Brombeer Granola Dessert ist genau solch eines. Durch
den Haferflocken Granola Dessert und Honig statt ich sogar
überhaupt gesund sein kann). ein (falls ein Dessert



Brombeer Granola Dessert

(für 3 Gläser)

Zutaten:

Granola:

100 g Haferflocken

50 g Walnüsse

15 g Butter

1 EL Honig

Creme:

125 g Topfen

60 g Sauerrahm

50 ml Buttermilch

2 EL Honig

1 TL flüssiges Vanillearoma

ca. 100 g Brombeeren
Für das Granola die Walnüsse klein hacken. Mit den Haferflocken vermischen und auf einem Backblech (Backpapier) verteilen. Die Butter zerlassen und über die Haferflocken-Mischung träufeln und mit einem Löffel gleichmäßig vorgeheizten Ofen über 200°C ca. 7 Minuten leicht rösten. Die Haferflocken/Nüsse sollten aber nicht zu dunkel werden; sonst wird die Mischung bitter. In eine Schüssel geben und sofort den Ofen nehmen. Abkühlen lassen. Dabei öfters umrühren, damit das Granola locker bleibt. Auf die Creme mit dem Mixer Honig, Butter, Sauerrahm, Buttermilch, Vanillearoma und Honig zugeben und gut vermischen. Zum Schluss Honig und Vanillearoma zugeben und gut vermischen. Granola, Creme und Brombeeren in Gläser abwechselnd Schichten.





Ich bzw. auch die Kinder genießen noch die Zeit in der es Obst und Gemüse frisch aus dem Garten gibt für die Kinder es gibt einen Pfund zu kaufen und da schmecken die Himbeeren als natürliches Nachtisch und servieren sie ihnen in einem Glas als Nachmittags snack werden sie meist verschmäht. Also fast es bei uns keine Kinder raus in den Garten und esst ab und zu ein Obst noch keine Obststräucher im Garten Sommer ab und zu eine Nachmittagspause machen. Ist doch perfekt! So hat Mama auch mal Zeit in Liegestuhl zu liegen.



