

[Brombeer Granola Dessert](#)

Hallo!

In der Herbstzeit beginnt auch wieder die Dessert Zeit. Im Sommer mache ich eigentlich selten ein Dessert. Die Kinder essen da sowieso lieber ein Lutsch-Eis und ich verbringe an heißen Tagen nicht so gerne viel Zeit in der Küche. Lieber bin ich dann im Garten. Außerdem ist mir da nicht so nach Cremes, Pudding oder Schokoküchlein. Im Herbst ändert sich das schlagartig. Da man sowieso wieder mehr Zeit im Haus verbringt, bin ich auch wieder mehr in der Küche tätig.

Heute gab es ein Brombeer Granola Dessert. Wir haben einen Brombeer Strauch im Garten und er liefert zuverlässig, jedes Jahr eine gute Ernte.

Das soll jetzt aber nicht heißen, dass es bei uns jeden Tag ein Dessert gibt. Die Kinder würde es natürlich freuen, aber dafür ist dann doch nicht immer Zeit. Und darum liebe ich vor allem auch schnelle Desserts.

Das Brombeer Granola Dessert ist genau solch eines. Durch die Haferflocken, Brombeeren und Honig stufe ich es sogar in den Bereich "gesunde Desserts" ein (falls ein Dessert überhaupt gesund sein kann).

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-Nussmischung träufeln. Mit einem Löffel nochmals durchmischen und auf dem Backpapier verteilen. Im vorgeheizten Ofen bei 200°C ca. 5-7 Minuten leicht rösten. Die Haferflocken/Nüsse sollten aber nicht zu dunkel werden, sonst wird die Mischung bitter.

Aus dem Ofen nehmen, in eine Schüssel geben und sofort den Honig zugeben und alles gut vermischen. Abkühlen lassen. Dabei öfters umrühren, damit das Granola locker bleibt.

Für die Creme Topfen und Sauerrahm in eine Schüssel geben. Gut mit dem Mixer verrühren. Buttermilch zugeben und gut einrühren. Zum Schluss Honig und Vanillearoma zugeben und unterheben.

Abwechselnd Granola, Creme und Brombeeren in Gläser schichten.

Ich bzw. auch die Kinder genießen noch die Zeit in der es Obst und Gemüse frisch aus dem Garten gibt. Für die Kinder gibt es nichts schmackhafteres als vor den Himbeersträuchern zu stehen und zu naschen. Da schmecken die Himbeeren am besten. Pflücke ich sie und serviere sie ihnen in einem Schälchen als Nachmittagssnack werden sie meist verschmäht. Also heißt es bei uns "Kinder raus in den Garten und esst".

Also falls ihr noch keine Obststräucher im Garten habt, ab in die Gärtnerei und kauft welche. Ich brauch im Sommer fast nie eine Nachmittagsjause richten. Ist doch perfekt! So hat Mama auch mal Zeit im Liegestuhl zu liegen.