Artikel vom 02.04.2020 · Ausgedruckt am 10.11.2026, 14:21 Uhr

Online: https://lz-rheinland-staging.p-k3txh2.project.space/nachricht/obstsalat-mit-joghurt

Obstsalat mit Joghurt



Foto: Sabine Jansen-Nöllenburg

Zutaten (für 4 Personen):

½ Cantaloupe-Melone,
½ Honigmelone,
50 g Blaubeeren,
250 g Erdbeeren,
4 EL milder Balsamico,
1 Becher Joghurt,
6 EL Honig.

Zubereitung:

Melonen schälen, würfeln. Blaubeeren und Erdbeeren waschen, mit den Melonenwürfeln mischen. Honig leicht erwärmen, 2 EL mit dem Joghurt glattrühren. Restlichen Honig mit Balsamico verrühren und das Obst damit marinieren.

Tipp: Statt Honig eignet sich auch Ahornsirup. Wer nicht so experimentierfreudige Gäste hat, kann einen Teil des Obstes auch ohne Marinade servieren.