



Kochdauer:

Schnell gekocht (bis 30 Minuten)

Schwierigkeit:

einfach

Zutaten für 4 Portionen:

- 10 EL Müsli
- 500 ml Kaffeejoghurt
- 4 EL Marmelade

Mein persönlicher Tipp

Als Cremes können Frischkäse, Topfen, Sauerrahm, Pudding etc. verwendet werden. Beim Obst schmecken auch tiefgekühlte Früchte, Kompott, Röster oder Marmelade. Und als Kuchenschicht eignen sich Kuchenreste, Biskotten, Müslimischungen oder Keksreste.:

Sabine Ablinger

Seminarbäuerin aus Weyregg am Attersee

Quellen:

- Landwirtschaftskammer
Oberösterreich: *Kursunterlage
Smart gekocht*

Trifle

Espresso-Knuspermüsli-Aronia

Zubereitung

- o In ein Glas die Hälfte des Joghurts füllen. Falls kein Kaffeejoghurt zur Verfügung steht einfach Joghurt mit Löskaffee verrühren.
- o Darauf einen EL Marmelade geben (z.B. Aroniabeeren-Punsch-Marmelade).
- o Knuspermüsli darauf geben und dann wieder eine Schicht mit Joghurt und den Abschluss mit Marmelade machen.
- o Fertig ist das Ruck-Zuck-Dessert.

