



Nektarinen-Apfel-Trifle

mit knusprigen Haferflocken und Joghurtsahne



ca. 30min



4 Portionen

Was gibt es Besseres als Dessert? Nach dem Genuss einer herzhaften Mahlzeit braucht es manchmal einfach einen kleinen süßen Happen hinterher. Wir sind dafür bekannt, Wünsche zu erfüllen – und haben deshalb dieses köstlich-fruchtige Trifle kreiert. Saftige Nektarinen und Äpfel werden sanft eingeköchelt und anschließend mit feincremiger Joghurtsahne und einem kross-zimtigen Haferflockencrunch hübsch aufeinandergestapelt. Mmmh!

Was du von uns bekommst

- 1 Becher Joghurt²
- 200ml Schlagsahne²
- 200g Zucker
- 1 Pck. gemahlener Zimt
- 150g Haferflocken¹
- 2 Nektarinen
- 1 Apfel

Was du zu Hause benötigst

- 50g Butter²

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- 2 kleine Töpfe
- Handrührgerät
- Küchenwaage
- Sparschäler

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Kochtipp

Das Rezept ergibt 4 Portionen.

Allergene

Gluten (1), Milch (2). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 532kcal, Fett 28.9g, Kohlenhydrate 61.4g, Eiweiß 6.9g



1. Hafercrunch vorbereiten

Den Backofen auf 200°C (180°C Umluft) vorheizen. Den **Joghurt** und die **Sahne** (falls nicht schon geschehen) in den Kühlschrank stellen. 50g Butter in einem kleinen Topf bei mittlerer Hitze schmelzen. **65g Zucker** und die **½ des Zimts** zufügen und so lange rühren, bis sich der **Zucker** aufgelöst hat. Den Topf vom Herd nehmen und **100g Haferflocken** unter die Butter heben.



2. Hafercrunch backen

Die **Haferflockenmischung** auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech flach verteilen und im Ofen in 18-22Min. goldbraun und knusprig backen. Die **Nektarinen** und den **Apfel** schälen, halbieren und entsteinen bzw. entkernen, dann in ca. 2cm große Stücke schneiden.



3. Obst einkochen

Die **Nektarinen** mit den **Äpfeln**, **50g Zucker**, dem **restlichen Zimt** und 2EL Wasser in einen weiteren kleinen Topf geben und aufkochen. Die Hitze reduzieren und das **Obst** unter gelegentlichem Rühren 10-15Min. köcheln lassen, bis es weich wird. Ggf. esslöffelweise mehr Wasser zugeben, falls das **Obst** zu trocken wird.



4. Sahne schlagen

Kurz vor dem Servieren die **Sahne** mit **1EL Zucker** steif schlagen, dafür am besten einen Handmixer verwenden. Den **Joghurt** vorsichtig unter die geschlagene **Sahne** heben.



5. Trifles schichten

Die Böden von 4 Gläsern mit etwas **Obst** bedecken, dann etwas **Hafercrunch** darauf verteilen und mit der **Sahne** abschließen. In der Reihenfolge fortfahren, bis die Gläser vollständig gefüllt sind. Die **Trifles** sofort servieren und genießen.



6. Süßer Start in den Tag

Sollte wider Erwarten etwas von dem Hafercrunch übrig bleiben, funktioniert er am nächsten Tag auch wunderbar als Müsli: Einfach mit etwas Joghurt oder Quark als süßes Frühstück servieren!