



Früchtejoghurt

Rezept von V-ZUG AG



| | |
|-------------|------------------------------|
| Zubereitung | 30 Min. |
| Ruhezeit | 2 Std. |
| Garzeit | 8 Std. |
| Portionen | 4 |
| Gerät | CombairSteamer V2000 ab 2021 |

mit knusprigem Granola

Heidelbeeren

- 200 g Heidelbeeren
- 50 g Gelierzucker
- 1 Msp Kardamompulver

Joghurt

- 600 ml Vollmilch
- 2 EL Nature-Joghurt

Granola

- 2 EL Honig
- 1 EL Rapsöl
- 2 TL Zimtpulver
- 100 g Dinkelflocken
- 2 EL gepuffter Dinkel
- 2 EL Baumnusskerne, gehackt
- 1 EL geschrotete Leinsamen

Heidelbeeren

Alle Zutaten in einer kleinen Pfanne bei mittlerer Hitze ca. 10 Minuten köcheln lassen. In 4 saubere Gläser verteilen und abkühlen lassen.





Joghurt

Milch und Joghurt gut verrühren, sorgfältig zu den Heidelbeeren in die Gläser giessen.
Joghurt auf einem Edelstahlblech auf der unteren Auflage mit Dämpfen 40 °C während 8 Stunden fermentieren und fest werden lassen.
Zugedeckt im Kühlschrank auskühlen lassen.

Granola

Garraum mit Heissluft auf 160 °C vorheizen.
Honig, Rapsöl und Zimt in einer Pfanne bei kleiner Hitze erwärmen. Vom Herd nehmen und restliche Zutaten begeben, gut vermischen. Auf einem mit Backpapier belegten Kuchenblech verteilen.
Auf der mittleren Auflage 20 Minuten backen.

Anrichten

Nach Belieben Granola auf dem Joghurt verteilen.
Restliches Granola in einem verschlossenen Behälter trocken und lichtgeschützt aufbewahren.

Garschritte

Dämpfen 100 °C während 7 Std. 40 Min.
Gargut entnehmen. Zubereiten.
Garraum auf 160 °C mit Heissluft (vor)heizen
Vorheizen beendet. Gargut einschieben.
Heissluft 160 °C während 20 Min.

Tipps

Als Alternative zu gekauftem Joghurt Joghurtferment verwenden. Dafür die Zubereitungshinweise auf der Verpackung beachten.

Zubehör

4 Einmachgläser à 200 ml
Edelstahlblech
Kuchenblech





Zusätzliche Informationen

Erstellt am

26.01.2022

