


## Good morning-Cup

 ca. 20 Minuten

 Für 4 Personen



## Zutaten

---

300 g Himbeeren (ersatzweise TK)

5 EL Grafschafter Goldsaft

250 g Magerquark

1 Becher saure Sahne (= 150 g)

50 ml Milch

120 g Amaranth-Müsli (alternativ: Knusper-Müsli)

40 g grobe Haferflocken

# Zubereitung

Himbeeren verlesen, auftauen lassen und mit zwei Esslöffeln Grafschafter Goldsaft süßen. Quark mit saurer Sahne, Milch und restlichem Sirup verrühren.

Himbeeren, Quarkcreme und Müsli schichtweise in dekorative Gläser füllen und mit der Quarkcreme abschließen. Haferflocken in einer beschichteten Pfanne rösten. Cup mit dem Grafschafter Goldsaft in Fäden verzieren und mit den Haferflocken bestreut servieren.

kj/kcal: 1469 / 432