



3

Vegetarisch

## Frozen Yoghurt mit Erdbeeren



Zubereitungszeit  
5 minuten



Portionen  
Voor 1 persoon

### Zubereitungsart

- 1 Den griechischen Joghurt 10% in den Mixer geben und die tiefgefrorenen Erdbeeren hinzufügen. Zusammen mixen bis eine cremige Masse entsteht. Sofort servieren.

### Zutaten

- ☐ 200 g griechischer Joghurt 10%
- ☐ 150 g tiefgefrorene Erdbeeren

### Nährwerte pro Person

|               |          |
|---------------|----------|
| Energie       | 294 kcal |
| Kohlenhydrate | 14 g     |
| Fett          | 20 g     |
| Ballaststoffe | 1 g      |
| Eiweiß        | 10 g     |