



## Rezept der Woche

Mehr Rezepte findest Du in den figurscout Kochbüchern oder in Deinem persönlichen Figurplan

### VEGETARISCH - 1 PORTION

## ERDBEER- RHABARBER-JOGHURT

### ZUBEREITUNG

1. Den Rhabarber (alternativ einen sauren Apfel nehmen) schälen und in kleine Stücke schneiden. Einen Topf auf mittlerer Stufe erhitzen und die Rhabarberstücke mit dem Orangensaft ca. 5 Minuten köcheln.
2. Währenddessen die Erdbeeren entstielen und klein schneiden. Die Erdbeeren mit den geschnittenen Minzblättern und dem Reissirup zum Rhabarber geben und weitere 3 Minuten köcheln lassen.
3. Den Kokosjoghurt in eine Schale geben, die Grütze unterheben und mit den Mandeln garnieren.

### ZUTATEN

250 g Kokosjoghurt, natur

200 g Erdbeeren

1 Stange Rhabarber

15 g Mandeln, gemahlen

1 EL Reissirup

2 EL Orangensaft

10 Minzblätter



472  
Kalorien



62g  
Kohlenhydrate



14g  
Eiweiß



17g  
Fett



5g  
Ballaststoffe