



Apfel-Hafer-Schichtdessert

Für 4 Personen

Zutaten

150 g Magerquark

100 g Naturjoghurt 1,5%

100 ml Vanillesauce fettarm

1 Apfel

1 TL Zitronensaft und ½ TL Zimt

200 g Apfelkompott ohne Zucker

8 kleine Haferkekse oder Kokoskekse

Zubereitung:

Den Quark und den Joghurt mit der Vanillesauce in einer Schüssel sehr gut verrühren. Einen Apfel halbieren, Kerngehäuse entfernen und eine Apfelhälfte in feine Spalten schneiden. Die Apfelspalten mit dem Zitronensaft beträufeln und mit dem Zimt bestreuen. In 4 Gläser erst einen Haferkeks, dann etwas Quark - Joghurtmasse, dann Apfelmus und wieder Quark-Joghurtmasse schichten. Zum Schluss die Schichtspeise mit den Apfelspalten und noch einem Haferkeks verzieren und servieren.