

# Joghurt-Beeren-Torte

## Zutaten für eine Springform mit einem Durchmesser von 28 cm:

200 g	Vollkornbutterkekse
75 g	Butter oder Margarine
350 g	Beeren
80 g	Zucker
2 Pck.	gemahlene weiße Gelatine
150 ml	Saft
500 g	Joghurt 1,5 % Fett
250 g	Magerquark

## Zubereitung:

- Gelatinepulver mit dem Saft verrühren, ca. 10 min quellen lassen. Kekse fein zerbröseln, mit der Butter verkneten. Auf den Boden der Springform drücken und kühl stellen.
- Joghurt, Quark und Zucker cremig rühren.
- Saftgelatinegemisch bei geringer Wärmezufuhr auf der Herdplatte auflösen. Einen Temperatenausgleich zwischen der Gelatine und einigen Löffeln der Joghurtmischung herstellen. Die abgekühlte Gelatine in die Joghurtmasse einrühren. Obst vorsichtig unterheben. Die Creme auf den Boden streichen, mindestens 2 Std. kühl stellen.

## Tipp:

- Eine fettarme Alternative zur klassischen Frischkäsetorte. Lecker, leicht und schnell.



Nährwerte pro Person:

2 g Eiweiß, 8 g Fett, 10 g Kohlenhydrate, 155 Kcal

Ein Rezept mit freundlicher Unterstützung der Hamm-Kliniken - Reha-Klinik Nordfriesland