

# Zutatenliste

## Käptn Haukes Kraftfutter

Anzahl	Einheit	Zutat
8	Stück	Der Markenzwieback
250.00	g	Aprikosen
50.00	g	Gelierzucker
150.00	g	Joghurt
250.00	g	Magerquark
100.00	g	Schlagsahne
150.00	g	Blaubeeren

## Zubereitung

Aprikosen waschen, entsteinen und vierteln, mit drei Esslöffeln Wasser und Gelierzucker ca. fünf Minuten dünsten. Joghurt und Quark verrühren und Aprikosen unterheben. Sahne steif schlagen und unterziehen. Blaubeeren waschen und verlesen. Zwiebäcke in grobe Stücke brechen und abwechselnd mit Beeren und Aprikosen-Creme in schöne Gläser oder eine Schüssel einschichten. Im Kühlschrank ca. drei Stunden durchziehen lassen. Nach Wunsch mit Minze garniert servieren.