

Sonntags-MorgenStund'

mit griechischem Joghurt und gedünsteten Pfirsichen

Zutaten (für 2 Portionen):

- 70 g MorgenStund'
- 320 – 340 ml Haferdrink
- 4 getrocknete Feigen
- 4 EL griechischer Joghurt
- 2 reife Pfirsiche, frisch oder aus dem Glas
- 1 EL Honig
- 12 Walnusshälften
- 2 TL Pistazien, gehackt

Zubereitung:

Den MorgenStund' in den Haferdrink rühren und in einem Topf kurz aufkochen, dann noch einige Minuten quellen lassen.



Die klein geschnittenen Feigen unterheben. MorgenStund' im Topf beiseite stellen. Die Pfirsiche in mundgerechte Stücke schneiden, die Walnüsse mit den Händen klein drücken. Den Honig im Topf erhitzen, dann die Pfirsiche und die Walnüsse darin einige Minuten unter Umrühren dünsten.

Je nach Konsistenz noch etwas Haferdrink in den MorgenStund' geben. Dann den Brei in eine Schale geben, mit dem Joghurt und den Pfirsichen garnieren und mit Pistazien bestreuen.

Weitere Rezepte gibt es unter www.p-jentschura.com.

Jetzt P. Jentschura-Fan bei Facebook werden und von vielen Vorteilen und Aktionen profitieren: www.facebook.com/jentschuraINT