



15 MINUTEN + CA. 25 MIN BACKEN | UNTER **FR. 3.50** PRO PERSON



Heidelbeerwähe

FÜR 4 PERSONEN

**1 süsser, rund ausgewallter
Mürbeteig à 320 g**
500 g Heidelbeeren
150 g Joghurt nature
2,5 dl Rahm
2 Eier
60 g Zucker
3 EL Vanillecremepuddingpulver, ca. 40 g

Backofen auf 200°C Unter-/Oberhitze vorheizen. Teig samt Papier ins Blech legen. Mit einer Gabel dicht einstechen. Beeren darauf verteilen. Joghurt, Rahm, Eier, Zucker und Vanillepulver verrühren. Zu den Beeren giessen und in der unteren Ofenhälfte ca. 30 Minuten backen. Aus dem Ofen nehmen und etwas abkühlen lassen.

TIPP Nach Belieben mit Puderzucker bestreuen und mit Schlagrahm servieren. Anstelle von Mürbeteig Blätterteig verwenden.

Pro Person ca. 13 g Eiweiss, 42 g Fett, 75 g Kohlenhydrate, 3100 kJ/750 kcal