

## Leichtes Erdbeertrifle

---

Für 2 Personen

### Zutaten

6 mittelgrosse Erdbeeren  
1 Blatt Zitronenmelisse  
50g Mascarpone  
200g Magerquark  
3 TL Zucker  
1 Prise Salz  
1 Eiweiss  
2 Löffelbiskuits oder andere Guetzli  
2 TL Amaretto-Likör  
Zitronenmelisse zum Garnieren

Zum Anrichten: 2 weite Gläser



### Zubereitung

#### Erdbeerwürfel:

4 mittlere Erdbeeren waschen und in feine Würfelchen schneiden. Zitronenmelisse kalt abspülen und in sehr feine Streifen schneiden, mit den Erdbeerwürfelchen mischen.

#### Creme:

Mascarpone, Magerquark, Zucker und Salz gut zusammen verrühren. Das Eiweiss steif schlagen und vorsichtig unter die Masse ziehen.

#### Anrichten

2 Erdbeeren in feine Scheiben schneiden. Die schönsten davon vorsichtig an den Rand des Glases stellen, damit die Erdbeerscheiben von aussen gut sichtbar sind (siehe Foto).

Die Löffelbiskuits in grobe Stücke brechen und vorsichtig ins Glas legen, ohne die Erdbeerscheiben zu berühren. Den Likör über die Löffelbiskuits geben.

Nun die Hälfte der Creme vorsichtig einfüllen. Die fein geschnittenen Erdbeerstücke in die Mitte des Glases geben (je 1 bis 2 EL), damit sie von aussen nicht sichtbar sind. Die restliche Creme darüber verteilen und mit Zitronenmelisse garnieren.

Mehr Rezepte und Infos finden Sie hier:

Instagram: [die\\_ernaehrungsberaterin](#)

Facebook: Fischer Ernährungsberatung

Homepage: [www.fischer-erb.ch](http://www.fischer-erb.ch)