©Edith Schauflinger

Ihre Gesundheit basiert auf vier Säulen:			
Ernährung	Bewegung	Entspannung	Guter Schlaf

Beeren-Skyr-Traum (Torte ohne backen)

Zutaten: (Für 1 Tortenform ca. DN 20 cm)
Boden:
170 g Haferkekse mit Schokoguss
70 g Butter

Creme:
1 Becher Sky (500 g)
1 Becher DoppelrahmFrischkäse 175 g
100 g Feinkristallzucker
½ Zitrone frisch gepresst
Bourbon Vanillepulver gemahlen
8 + 7 Blatt Gelatine
Ca. 700 g Beeren gemischt

Zubereitung:
Tortenform mit Backpapier bespannen (Boden)

1. Kekse in verschließbaren Beutel geben und mit dem Nudelholz grob zerbröseln, in eine Schüssel geben
   Butter zergehen lassen und zu den Keksbröseln geben, gut durchrühren und in die Tortenform geben, leicht andrücken. Ab in den Kühlschrank für ca 30 Minuten.

2. 8 Blatt Gelatine in kaltem Wasser einweichen für ca. 3-4 Minuten
   Skyr mit Frischkäse, Zucker, Vanillepulver in einer Schüssel vermengen
   Gelatine ausdrücken, in eine kleine Schüssel geben und in der Mikrowelle auf höchster Stufe 10-20 Sek erwärmen, 2-3 EL der Joghurtmasse zur Gelatine geben und gut unterrühren, die Gelatinemasse jetzt in die Joghurtmasse einrühren,

3. Auf den Tortenboden etwas Creme geben, die Himbeeren am Tortenrand entlang nebeneinander einschlichten, ca 3 cm nach innen rücken und das Ganze nochmals, dazwischen eine Reihe mit Heidelbeeren einschlichten; mit der Creme auffüllen bis ca. 2 cm unterhalb der Tortenform (je nachdem wie hoch eure Tortenform ist) - wieder ab in den Kühlschrank für ca. 5-6 Stunden

4. Vor dem Servieren den Fruchtspiegel vorbereiten: restliche Beeren in einen Topf /Schüssel geben, nach Geschmack etwas Kristallzucker einrühren (1-2 EL), und mit dem Stabmixer pürieren. 7 Blatt Gelatine in kaltem Wasser einweichen und wie oben verfahren (Mikrowelle). 1-2 EL Fruchtmus in die geschmolzene Gelatine geben und gut durchrühren – dann die Gelatinemasse in das Fruchtmus gut unterrühren und auf der Torte verteilen. Wieder ab in den Kühlschrank für ca. 2-3 Stunden

5. Vor dem Servieren den Tortenring entfernen, die Torte auf eine passende Platte geben und genießen

Tipp:
Bei den Beeren kannst Du gerne variieren was dir am besten schmeckt oder du gerade vorrätig hast (Himbeeren, Erdbeeren, Heidelbeeren, Brombeeren,…….)

Auch beim „Boden“: gerne auch Schokokekse mit Schokosplitter drin, oder mixen mit 1-2 EL Haferflocken…… je nach Lust und Laune und Vorrat. Ich nehme gerne die Haferkekse mit Schokogussboden (Hofer)😉