



TRIFLE MIT PFIRSICHEN UND HIMBEEREN

🕒 30 min 😊 Leicht
Kühlen mind. 3–4 h

ZUTATEN (FÜR 4 PERSONEN)

500 g laktosefreie Cantuccini
1 Dose Pfirsiche
10 EL Marillenlikör
500 g MinusL Schmand
500 g MinusL Speisequarkzubereitung 40 % Fett
6 EL Zucker
400 ml MinusL frische Schlagsahne
2 Pck. Vanillezucker
300 g TK – Himbeeren
1 EL Haselnusskrokant

ZUBEREITUNG

1. Die Cantuccini in einen Gefrierbeutel geben und mit dem Fleischklopfer grob zerkleinern.
2. Die Pfirsiche abgießen, dabei 12 EL Saft auffangen und die Pfirsiche, bis auf einen für die Deko, in kleine Würfel schneiden.
3. Den aufgefangenen Saft mit Likör vermischen.
4. Die Speisequarkzubereitung mit Schmand und Zucker verrühren. Die Sahne mit dem Vanillezucker steif schlagen und unter die Schmand-Quarkmasse mit Pfirsichwürfeln heben.
5. Eine Glasschüssel bereitstellen, zuerst eine Lage Cantuccini in eine Schüssel geben, darüber etwas Marillenlikör und darauf die Schmand-Quarkmasse sowie 2/3 der TK-Himbeeren geben. Diesen Schritt anschließend wiederholen.
6. Letztlich den Pfirsich in Spalten schneiden und auf der Schmand-Quarkmasse platzieren. Mit den restlichen Himbeeren und dem Haselnusskrokant dekorieren. Für mindestens 3–4 Stunden, besser über Nacht, abgedeckt im Kühlschrank durchziehen lassen.