



FRISCHKÄSE

Zutaten

- ◆ 500g Naturjoghurt im Pfandglas

Zubereitung

- ◆ Den Natur-Joghurt aus dem Pfandglas in ein Sieb geben, welches mit einem Baumwolltuch ausgelegt wurde.
- ◆ Über Nacht im Kühlschrank abtropfen lassen.
- ◆ Der Joghurt wird zu einer festen Creme, die wie Frischkäse schmeckt.
- ◆ Die übriggebliebene Molke schmeckt wunderbar mit Orangensaft – ein wahrer Energietrunk.