



Apfeldessert mit Tee

270 Kalorien (1 Portion)

Zutaten (für 1 Person):

500 ml Wasser
2 kleine Teelöffel HERBALIFE Teegetränk mit Himbeergeschmack
1 Apfel
1 Löffel Formula 1
1 kleine Tasse fettarmer Joghurt
1 Teelöffel Melasse
3-4 Haselnüsse

Zubereitung:

Apfel schälen und entkernen, ohne dass der Apfel seine Form verliert.
Das HERBALIFE Teegetränk mit Himbeergeschmack in das Wasser geben und den Apfel einige Minuten in dem Wasser kochen lassen. Wenn der Apfel weich geworden ist, die Hitze abstellen. Den Apfel in einen Servierteller geben.
Für die Soße den Joghurt und Formula 1 miteinander vermischen.
Den gekochten Apfel mit dem Joghurt-Shake, der Melasse und den Haselnüssen verzieren und servieren.