

Joghurt-Creme mit gebratenen Früchten

Für zwei Personen

1 Ananas	1 Banane	1 Orange
1 EL Pistazien	1 Vanilleschote	3 EL Honig
200 g Joghurt-Brottaufstrich	3 EL Milch	2 EL Rum
4 EL Sonnenblumenöl		

Die Ananas schälen, den Strunk herausschneiden und das Fruchtfleisch in Scheiben schneiden. Die Banane schälen, in drei Stücke schneiden und diese längs halbieren. Die Orange schälen und filetieren. Die Pistazien fein hacken. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Früchte von allen Seiten darin anbraten. Währenddessen den Honig einträufeln. Das Mark aus der Vanilleschote kratzen und mit der Milch und dem Joghurt-Brottaufstrich cremig aufschlagen. Den Rum einrühren. Die Früchte aus der Pfanne nehmen und zusammen mit der Crème auf einem Dessertteller anrichten, mit den gehackten Pistazien garnieren und servieren.

Dieter W. Pufe am 01. November 2012