Tálalás: **4 főre**

Előkészítés: **10 perc**

Elkészítés:

Répási Eszter

PISZTÁCIÁS ŐSZIBARACKLASSI

Ezzel a nyári desszerttel könnyen befejezhetjük az étkezést. A sárgahúsú őszibarackban sok a karotin típusú antioxidáns (a fehérhúsúban sokkal kevesebb van), a joghurt pedig kalciumot és a bélflóra számára hasznos anyagokat tartalmaz. A pisztácia ízletessé és ropogóssá teszi az egészet.

HOZZÁVALÓK

3 db sárgahúsú őszibarack
20 g hántott, sózatlan pisztácia
1 fél citrom
3 db joghurt
2 ek agavészirup (vagy méz)

ALLERGÉNEK

Gluténmentes
Laktózt tartalmaz
Tojásmentes

1. Turmixgéppel porítsa a pisztáciát. Tegyen félre egy kisebb mennyiséget (a díszítéshez).
2. Hámozza meg az őszibarackot, és vágja darabokra.
3. Nyomja ki a fél citromot.
4. Tegyen félre néhány őszibarackdarabot a díszítéshez, a többit pedig turmixolja a jogurttal, az agavésziruppal, a citromlével és a pisztáciával.
5. Tegye ki négy pohárba, és tartsa hidegen.
6. Felszolgáláskor tegye az őszibarackdarabokat és a pisztáciaport a készítményekre.

Töltse le további receptjeinket az auchan.hu/receptek oldalról!

Auchan