

## Brombeer Granola Dessert

Hallo! Herbstzeit beginnt auch wieder die Dessertzeit. Im Sommer mache ich selten ein Dessert, die Zeit ist da, wo ich wieder in den Garten gehen darf. Ich liebe es, mich im Garten zu bewegen und die Natur zu genießen. Ich habe ein paar Jahre lang in den USA gelebt und dort habe ich viele tolle Erfahrungen gemacht. Ich habe gelernt, dass es wichtig ist, sich Zeit zu nehmen und die Dinge zu genießen, die man liebt. Ich habe auch gelernt, dass es wichtig ist, sich Unterstützung zu holen, wenn man sie braucht. Ich habe viele tolle Menschen kennengelernt, die mir sehr geholfen haben. Ich habe auch gelernt, dass es wichtig ist, sich selbst zu lieben und sich zu akzeptieren, wie man ist. Ich habe viele tolle Momente erlebt und ich hoffe, dass ich diese Momente mit euch teilen kann. Ich habe auch gelernt, dass es wichtig ist, sich Zeit zu nehmen und die Dinge zu genießen, die man liebt. Ich habe auch gelernt, dass es wichtig ist, sich Unterstützung zu holen, wenn man sie braucht. Ich habe viele tolle Menschen kennengelernt, die mir sehr geholfen haben. Ich habe auch gelernt, dass es wichtig ist, sich selbst zu lieben und sich zu akzeptieren, wie man ist. Ich habe viele tolle Momente erlebt und ich hoffe, dass ich diese Momente mit euch teilen kann.



Das soll jetzt aber nicht heißen, dass es bei uns jeden Tag  
vor dem Essen gibt. Die Kinder wurde es natürlich freuen aber  
vor allem auch schnell die Dessertszeit. Und darum liebe ich  
den Brombeer Granola Dessert ist genau solch eines. Durch  
den Haferflocken Granola Dessert und Honig statt ich sogar  
überhaupt gesund sein kann). ein (falls ein Dessert





# Brombeer Granola Dessert

(für 3 Gläser)

Zutaten:

## Granola:

100 g Haferflocken

50 g Walnüsse

15 g Butter

1 EL Honig

## Creme:

125 g Topfen

60 g Sauerrahm

50 ml Buttermilch

2 EL Honig

1 TL flüssiges Vanillearoma

ca. 100 g Brombeeren  
Für das Granola die Walnüsse klein hacken. Mit den Haferflocken vermischen und auf einem Backblech (Backpapier) verteilen. Die Butter zerlassen und über die Haferflocken-Mischung gießen und mit einem Löffel gleichmäßig vorgeheizten Ofen über 200°C ca. 7 Minuten leicht rösten. Die Haferflocken/Nüsse sollten aber nicht zu dunkel werden; sonst wird die Mischung bitter. In eine Schüssel geben und sofort den Ofen nehmen. Abkühlen lassen. Dabei öfters umrühren, damit das Granola locker bleibt. Auf die Creme mit dem Mixer, Sauerrahm in eine Schüssel geben, unterheben. Zum Schluss Honig und Vanillearoma zugeben und abwechselnd Granola, Creme und Brombeeren in Gläser schichten.









Ich bzw. auch die Kinder genießen noch die Zeit in der es Obst und Gemüse frisch aus dem Garten gibt für die Kinder es gibt einen Pfund zu kaufen und da schmecken die Himbeeren als Obstchen als Nachmittags snack werden sie meist verschmäht. Also fast es bei uns keine Kinder Obststräucher im Garten und esst ab und zu eine Nachmittagsjause machen. Ist doch perfekt! So hat Mama auch mal Zeit in Liegestuhl zu liegen.







