




## Schokokuss-Dessert

Dauer: 10min., Aktive Arbeitszeit: 10min., Leicht: , Kalorien / Portion: 459kcal

### Zutaten - 6 Portionen

300 g Schlagsahne  
188 g Quark  
12 Schokokuss  
380 ml Rote Grütze  
1 ½ Handvoll Mandeln, gehobelt

### Zubereitung

1. Sahne steif schlagen und mit dem Quark vermengen.
2. Bei den Schokoküssen den Boden abtrennen und den Schaum samt Schokoglasur unter die Sahne-Quark-Masse heben.
3. Die schaumige Masse in 4 kleine Schälchen geben.
4. Aus dem Boden der Schokoküsse mit Ausstechförmchen Herzen ausstechen.
5. Die Rote Grütze über der schaumigen Masse verteilen, einige Mandeln darüber streuen und die ausgestanzten Herzen dekorativ einstecken.

## Nährwerte

Referenzmenge für einen durchschnittlichen Erwachsenen laut LMIV (8.400 kJ/2.000 kcal)

**Energie:** 1922kJ (23%), **Kalorien:** 459kcal (23%), **Kohlenhydrate:** 47g (18%), **Fett:** 27g (39%),  
**Eiweiß:** 11g (22%)

---

**EDEKA wünscht Ihnen gutes Gelingen!**

Wir  Lebensmittel.

