



Bananen-Trifle mit Keksen und Quark



Zutaten

Menge

| | |
|------------|----------------|
| 250 g | Magerquark |
| 200 g | Crème fraîche |
| 2 EL | Zucker |
| 1 Päckchen | Vanillezucker |
| 2 | Bananen |
| 6 | Schoko-Cookies |
| 1 | Orange |
| 2 EL | Schokoraspeln |

Rezeptinfo

Zutaten für 4 Portionen

Zubereitungszeit: 10 Min.

pro Portion: 1679 kJ, 401 kcal, 37,1 g Kohlenhydrate, 11,2 g Eiweiß, 22,8 g Fett, 62,7 mg Cholesterin, 1,49 g Ballaststoffe

Schwierigkeitsgrad: Kosten: € €

schnell **veggie**

Zubereitung

Du liebst die Kombination von Banane und Schokolade genauso sehr wie wir? Dann probiere unseren Banana Split-Trifle mit knusprigen Keksen, einer leckeren Quark-Creme und jeder Menge Schokolade. Das Rezept ist super schnell und einfach zubereitet. So geht's:

Step 1:

Zuerst verrührst du den Magerquark mit der Crème fraîche, dem Zucker und dem Vanillezucker. Dann die Bananen schälen und in dünne Scheiben schneiden.

Step 2:

Die Orange auspressen.

Step 3:

Nun kannst du die Schokokekse grob zerbröseln und diese als schmale Schicht in ein Glas füllen und mit frisch gepresstem Orangensaft beträufeln. Nun die Bananenscheiben auflegen und mit einer Schicht Creme bedecken.

Step 4:

So lange fortfahren, bis alle Zutaten aufgebraucht sind. Zum Schluss mit einer Bananenscheibe und Schokoraspeln dekorieren.