

Erdbeerspeise

- Zutaten:**
- 500 g Erdbeeren
 - Saft von einer Zitrone
 - Honig nach Geschmack
 - 1/4 l Sahne
 - 2 Kiwis
 - Vanillegewürz

Zubereitung: Erdbeeren pürieren, einige Früchte zum Garnieren zurücklassen. Zitronensaft dazugeben. Honig nach Geschmack. Sahne steif schlagen. Fruchtmasse und Sahne schichtweise in hohe Gläser füllen. Kiwi schälen, in Scheiben schneiden, und Speise damit verzieren. Mit Vanillegewürz bestreuen.
Quelle: Aus "Die vitalstoffreiche Vollwertkost nach Dr. M. O. Bruker" von Ilse Gutjahr-Jung