

## Zwieback - Trifle

Kategorien: Baby's, Dessert

Zutaten für: 1 Kleinkind

200	Gramm	Zwetschgen
1	Teel.	Honig
3	Stücke	Vollkornzwieback
6	Essl.	Geschlagene Sahne

### Anleitung:

Trifle ist ein englisches Dessert aus geschichteten Biskuits mit Creme und Früchten. Mit Vollkornzwieback und wenig gesüßtem Kompott wird daraus ein für Kleinkinder geeignetes Gericht. Zwetschgen waschen, halbieren, entsteinen. Mit 3 El. Wasser leicht zum Kochen bringen und bei kleiner Hitze etwa 5 Minuten dünsten. Mit Honig verrühren, abkühlen lassen und die Hälften kleinschneiden. Den Zwieback in Stücke brechen, zur Hälfte in einem Schüsselchen verteilen, die Hälfte des abgekühlten Kompotts darauf schichten, mit 3 El. Sahne bedecken. Dann die übrigen Zwiebackstücke, das restliche Kompott und 3 El. Sahne darüber decken.

Bei Zimmertemperatur etwa 1 Stunde ziehen lassen. (Ca. 350 kcal bzw. 1460 kJ)

Tip: Schneller geht's mit fertigem Kompott. Wer's nicht so süß mag, nimmt Dunstobst aus dem Reformhaus.

### Quelle:

Aus einer Rezeptsammlung von Konrad Heizmann