

Pflaumenbananencreme

von Achim Stößer (achim-stoesser.de)

- 1 Pk (400 g) Seidentofu (notfalls normaler Tofu)
- 1 Banane
- 5 Pflaumen
- 4-5 EL Obstdicksaft
- 3 EL Zitronensaft
- 1 Msp Zimt (optional)

- Tofu mit der Banane, dem Zitronen- und dem Obstdicksaft pürieren.
- In Dessertschälchen geben.
- Pflaumen entsteinen, längs vierteln, auf die Creme setzen.
- Mit Zimt bestreuen.



Variante: Statt Pflaumen können auch Erdbeeren, Kiwis, Birnen, Mirabellen, Trauben, Kirschen etc. verwendet werden.