JOGHURT-EDITION

Rezepte aus der SENNEREIKÜCHE

Erlebnis Sennerei
Zillertal

So schmeckt Zillertal

Die cremigen
TIROLER

Gutes aus Tirol. Gut für Dich.

LIEBE GENUSSFREUNDE DER ERLEBNISSENNEREI ZILLERTAL!

Ein Stück Zillertal für Zuhause!

In unserer Joghurt-Edition dreht sich alles um himmlisch cremige Genussmomente. Wir haben für Dich einfache und verdammt leckere Rezeptideen kompakt in einem Heft zusammengestellt.

Egal ob mit unserem Klassiker „Naturjoghurt“ oder mit einem unserer verschiedenen Fruchtjoghurtsorten: Hier ist garantiert für jeden Geschmack etwas Passendes dabei und Du kannst alle Rezepte ganz leicht individuell abändern und neu interpretieren.

Überrasch' doch einmal Deine Liebsten beim nächsten Brunch oder gönn' Dir selbst mal ein neues Frühstücks- oder Dessert-Highlight.

Wir wünschen Dir viel Spaß beim Nachkochen, gutes Gelingen und vor allem „Mohlzeit“!

Deine Familie Kröll

SO SCHMECKT ZILLERTAL

Willkommen in der Welt der Heumilch

Ehrlich
DIE QUALITÄT.

Die Erlebnissennerei Zillertal steht für über 60 Jahre Erfahrung in der Milchveredelung. Dank dieser Erfahrung kannst Du Dir sicher sein, dass in jedem unserer Heumilch-Produkte, die beste Rezeptur, die schonendste Verarbeitung, ausgedehnte Reifezeiten und das Wissen unserer langjährigen Mitarbeiter stecken.

Traditionell
DER FAMILIENBETRIEB.

Heuwirtschaft ist die ursprünglichste Form der Milchwirtschaft und hat im Zillertal seit Jahrhunderten Tradition. Familie Kröll setzte als einer der Ersten auf die Verarbeitung von Heumilch und veredelt den kostbaren Rohstoff seit 1954, mit viel Liebe und Gespür, zu Deinen Lieblingsprodukten von Kuh, Schaf & Ziege!

Nachhaltig
DER KREISLAUF.

Die Heumilch unserer Bergbauern stammt von den Zillertaler Almen & Bergbauernhöfen und wird bei uns im Tal veredelt und verpackt. Dank der kurzen Transportwege und unserer umweltfreundlichen Verpackung schmecken unsere Heumilch-Produkte als nicht nur Dir, sondern auch unserer Umwelt.

Garantiert
DIE TIERLIEBE.

Unsere Heumilch-Bauern halten durchschn. weniger als 9 Kühe pro Hof. Zilli & Co gehören damit praktisch zur Familie. Das Wohlbefinden und die Gesundheit der Tiere stehen deshalb naturgemäß im Vordergrund. Zudem gewährleistet das strenge Heumilch-Regulativ die Einhaltung verbindlicher Tierwohl-Richtlinien, die regelmäßig kontrolliert werden.

NACHHALTIGKEIT • TIERLIEBE • EHRLICHE QUALITÄT
SEIT Familie Kröll 1954

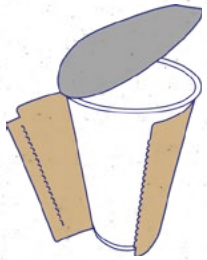
GLÜCK KANN MAN JETZT LÖFFELN

Was Du über unser Heumilch-Joghurt wissen solltest...

BIS ZU 16 STD reift unser Joghurt und wird dadurch *extra cremig*

Genügend Platz
für Dein Topping
mit Früchten, Nüssen & Co,
findest Du im Naturjoghurt-Becher

10 VERSCHIEDENE JOGHURT SORTEN



100% RECYLINGFÄHIG
durch den neuen umweltfreundlichen
3-Teile-Becher

Heumilch-Joghurt
unterstützt die Verdauung

HILFT BEI SONNENBRAND UND KÜHLT DIE HAUT

enthält rund doppelt so viele Omega-3-Fettsäuren als herkömmliches Joghurt
(lt. Studie der Universität für Bodenkultur)

UNSER NATURJOGHURT gibt's auch im **1 KG EIMER**

LÖFFELWEISE GLÜCKSGEFÜHLE

Für einen guten Start

MORGENMUFFEL FRÜHSTÜCK 8
GENIESSER JOGHURT 10
FRUCHT(T)IGER JOGHURT 12
FRÜHSTÜCKSWAFFELN 14
HEIDELBEER-JOGHURT-SHAKE 16

Für Zwischendurch-Snacks

FRESH SUMMER JOGHURT-BOWL 18
HAPPY WINTER JOGHURT-BOWL 20

Für einen süßen Abschluss

JOGHURT IM KNUSPERKÖRBCHEN 22
JOGHURT FRUCHT-CRUMBLE 24
PANNA COTTA MIT JOGHURT 26
HASELNUSSJOGHURT-GUGELHUPF 27

Für pikante Gelüste

BLITZ-GRILLSAUCE 28
SCHINKEN-KÄSE TASCHEN 30

Schnelle Tipps & Tricks

32

HIMMLISCH cremig

MORGENMUFFEL
Frühstück

3 min.
leicht
1

Das brauchst Du:

200 g **NATURJOGHURT,**
2 EL Beeren (frisch oder aufgetaute TK Mischung)
Bienenhonig nach Belieben, 1 EL Nüsse

So machst Du's:

Wenn Du den Naturjoghurt-Becher öffnest, wirst Du gleich sehen, dass hier noch Platz ist. Genau – genügend Platz für Dein Topping und Du kannst einfach alles der Reihe nach direkt im Joghurtbecher anrühren. Schon kannst Du loslöffeln. So hast Du in weniger als 3 Minuten ein köstliches Frühstück und brauchst auch gar kein Geschirr dafür!

Genuss-Tipp:

Mit dieser einfachen To-Go Variante bekommst Du schnell cremigen Joghurtgenuss bis zum letzten Löffel und sparst Dir gleichzeitig das Geschirr (spülen). Und das schmeckt auch der Umwelt!

GENIESSER Joghurt

10 min.
leicht
1

Das brauchst Du:

NATURJOGHURT aus dem 200 g Becher oder 1 kg Eimer
frisches Obst z.B. Äpfel, Birnen, Bananen etc., etwas Zitronensaft
Bienenhonig nach Belieben, 2 EL geröstete Mandelsplitter
3 EL Haferflocken, Cornflakes oder Müsli nach Wahl

So machst Du's:

Je nach Hunger & Anzahl Deiner Frühstücksgäste gibst Du unser cremiges Naturjoghurt in eine große Müslischüssel. Schneide das frische Obst in kleine Stücke und beträufle es mit ein bisschen Zitronensaft. Röste die Mandelsplitter in der Zwischenzeit bei mittlerer Hitze in einer kleinen Pfanne an und gib diese gemeinsam mit dem Obst zum Naturjoghurt.

Wenn Du es gerne süßer magst gib etwas Bienenhonig dazu und zum Schluss mit Deinem Lieblingstopping wie z.B. Haferflocken, Cornflakes oder einer Müslimischung bestreuen. Umrühren und genießen!

Genuss-Tipp:

Dieses ausgiebige Frühstück kannst Du Dir auch schon am Vorabend zubereiten. Einfach alle Zutaten in ein Weckglas oder in einen To-Go Joghurtbehälter einfüllen, über Nacht im Kühlschrank kalt stellen und schon hast Du morgens ein schnelles energiegeladenes Frühstück - falls Du doch noch länger liegen bleiben willst...

©fotowasser - stock.adobe.com

FRUCHT(T)IGER Joghurt

5 min.
leicht
1

Das brauchst Du:

NATURJOGHURT aus dem 200 g Becher oder 1 kg Eimer,
frisches Obst z.B. Äpfel, Birnen, Bananen, Beeren etc.,
oder Lieblingsmarmelade oder Fruchtgelees, etwas Zitronensaft,
Bienenhonig nach Belieben

So machst Du's:

Schnapp Dir frisches Obst Deiner Wahl, schneide es klein auf und beträufle es mit etwas Zitronensaft. Je nachdem wie süß Du es magst, gib noch etwas Bienenhonig hinzu. Das Obst und das Naturjoghurt in einer Schüssel schön anrichten. Statt frischem Obst kannst Du auch ein paar Löffel Marmelade oder Fruchtgelee dazugeben. Fertig ist Deine Fruchtbombe für einen vitaminreichen Start in den Tag.

Genuss-Tipp:

Du kannst auch das frische Obst gemeinsam mit dem Joghurt fein pürieren und dieses einfache und schnelle Joghurtrezept für Desserts verwenden. Es gibt doch nichts herrlicheres als eine erfrischende Joghurt-Frucht-Creme oder?

© Natasha Breen - stock.adobe.com

Joghurt FRÜHSTÜCKS-WAFFELN

10 min.
leicht
4

Das brauchst Du:

300 g **VANILLEJOGHURT,** 150 g **SENNEREIBUTTER,** 1 Prise Salz
250 ml **HONIGMILCH,** 4 Eier, 400 g Mehl, 1 TL Backpulver,
etwas Staubzucker

So machst Du's:

Zuerst die weiche Sennereibutter in einer Schüssel cremig mit einem Mixer aufschlagen. Dann die Eier und das Joghurt unterrühren. Jetzt kannst Du das Mehl mit dem Backpulver und dem Salz dazugeben. Im Anschluss noch die Honigmilch einrühren, bis ein dickflüssiger Teig entsteht. Jetzt kannst Du das Waffeleisen vorheizen und mit ein wenig Öl einpinseln. Waffeln ausbacken und mit Staubzucker bestreuen.

Genuss-Tipp:

Du kannst die Joghurt-Waffeln nach Belieben mit frischen Früchten, oder auch mit einer unserer 4 Heumilch-Eissorten servieren. Schon hast Du die perfekte Nachspeise kreiert. Joghurtwaffeln schmecken auch mit Ahornsirup und Nüssen super lecker. Probier's einfach einmal aus, worauf Du gerade Lust hast!

© Vladislav Nosik - stock.adobe.com

Heidelbeer-Joghurt SHAKE

5 min.
leicht
2

Das brauchst Du:

180 g **WILDHEIDELBEER-JOGHURT,** 100 g Heidelbeeren,
1 Handvoll Minzeblätter, 1 EL frisch gepresster Limettensaft,
100 ml **LIEBLINGS-HEUMILCH,** 1 Prise gemahlene Vanille

So machst Du's:

Die frischen Heidelbeeren in einem Sieb waschen und gut abtropfen lassen. Du kannst natürlich auch TK Beeren verwenden – diese einfach auftauen lassen. Ebenso die Minzblätter waschen und trocken schütteln.

Nun die Heidelbeeren, die Minzblätter und den Limettensaft in ein hohes Rührgefäß geben und fein pürieren. Jetzt gibst Du das Wildheidelbeer-Joghurt und die Deine Heumilch nach Wahl dazu. Den Shake mit etwas Vanille abschmecken und in Gläser füllen. Mit Minze und frischen Heidelbeeren dekorieren.

Genuss-Tipp:

Wenn es mal schneller gehen muss, kannst Du auch jedes unserer Fruchtjoghurts nur mit Milch auf mixen und schon kannst Du einen fruchtig-frischen Shake genießen. Oder probier's mal mit unserem Naturjoghurt aus Heumilch und gib Früchte Deiner Wahl dazu. Pürieren, bei Bedarf süßen und losschlürfen!

© shersor - stock.adobe.com

FRESH SUMMER Joghurt-Bowl

20 min.
leicht
2

Das brauchst Du:

300 g **LIEBLINGSJOGHURT AUS HEUMILCH,**
Frische Erdbeeren, Heidelbeeren, Himbeeren, 1 Limette, frische Minze, etwas Bienenhonig

Selbstgemachtes Granola:
300 g Haferflocken, 100 g gehobelte Mandeln, 1 Prise Zime, 1 Prise Salz, etwas Vanilleextrakt, 100 g Kokosöl, 125 g Bienenhonig

So machst Du's:

Heize Deinen Ofen auf 180°C Ober-/Unterhitze vor und belege Dein Blech mit Backpapier. Dann kannst Du die Haferflocken, Mandeln, Zimt, Salz und Vanilleextrakt miteinander vermischen.

Das Kokosöl und den Bienenhonig in einem kleinen Topf bei niedriger Hitze schmelzen lassen. Dabei immer wieder umrühren. Jetzt kannst Du die Flüssigkeit zu der Haferflocken-Mischung geben. Alles mit einem Kochlöffel gut vermischen bis alles mit dem Kokosöl-Honig umhüllt ist. Jetzt das Granola auf dem Blech verteilen und ab in den Ofen für 10 Minuten. Dann wenden und für weitere 6-8 Minuten backen. Vollständig abkühlen lassen und in kleine Stücke teilen.

Während das Granola auskühlt, kannst Du die Beeren waschen und mit Limettensaft beträufeln. Dann gibst Du Joghurt nach Wahl in eine Schüssel, dekorierst es schön mit den Beeren und dem Granola. Zum Schluss noch mit etwas Bienenhonig beträufeln und Minzblättern garnieren.

Genuss-Tipp:

Selbst gemachtes Granola lässt sich für ca. 2 Wochen aufbewahren. Mach am besten gleich mehr, denn Granola passt einfach auf jedes Joghurt und Müsli. Achte in den letzten Minuten beim Backen darauf, dass das Granola nicht zu dunkel wird.

HAPPY WINTER Joghurt-Bowl

20 min.
leicht
2

Das brauchst Du:

300 g **HASELNUSS-, VANILLE- ODER NATURJOGHURT,**
1 Granatapfel, 1 Birne, 2 Zwetschgen (Pflaumen), 2 Feigen, 1 Vanilleschote, etwas Bienenhonig, 100 g **SAUERRAHM**

Für den Spekulatius-Krokant:
25 g Mandelblätter, 1 EL schwarzer Sesam oder Chiasamen, 2 EL brauner Zucker, 1/4 TL Kardamom, 1 Prise Zimt, 1 Prise Salz

So machst Du's:

Für den Krokant Mandeln, Sesam, Zucker, Kardamom, Zimt & Salz in einer Pfanne vermischen und bei mittlerer Hitze unter Rühren karamellisieren lassen. Dann auf ein Backpapier ausstreichen und abkühlen lassen. Jetzt halbierst Du den Granatapfel und löst die Kerne aus einer Hälfte. Die andere Hälfte presst Du separat mit Hilfe einer Zitronenpresse aus. Die Birne kannst Du entkernen und fein fächern. Feigen und Zwetschgen waschen und halbieren.

Granatapfelsaft mit dem Honig in einem kleinen Topf aufkochen und zu einem Sirup einkochen. Joghurt, Sauerrahm und die ausgekratzte Vanilleschote in einer Schüssel verrühren. Jetzt kannst Du die Birnenfächer, Pflaumen- & Feigenspalten sowie die Granatapfelkerne darauf anrichten. Den Spekulatius-Krokant in kleine Stücke brechen über Deiner Bowl verteilen.

Genuss-Tipp:

Natürlich isst bei diesen bunten Frühstück-Bowls auch das Auge immer mit. Also lass Dir Zeit und dekoriere Deine Joghurt-Bowl liebevoll und genüsslich. So zauberst Du mit wenigen Zutaten und mit ein bisschen Liebe eine Schüssel voller Glück und Genuss... und startest perfekt in den Tag.

Joghurt IM KNUSPERKÖRBCHEN

15 min.
leicht
4

Das brauchst Du:

HEUMILCH-JOGHURT Deiner Wahl (Frucht- oder Naturjoghurt)

Fürs Granola-Körbchen:
100 g Haferflocken, 1 EL Kokosöl, etwas Honig, Zimt und Kokosraspeln

Fürs Topping:
Bienenhonig, Nüsse, Körner, frisches Obst etc.

ODER EINFACH EINMAL MIT HEUMILCH-EIS FÜLLEN...

© fahrwaser - stock.adobe.com

So machst Du's:

Als erstes heizt Du das Backrohr auf 180°C Ober-/Unterhitze vor. Dann Haferflocken, Kokosöl, Honig, Zimt und Kokosraspeln zu einem Teig verrühren. Muffinformen damit auskleiden und für ca. 10 Minuten und je nach Bräunungsgrad im Ofen backen. Kurz auskühlen lassen und Dein Lieblingsjoghurt (Natur oder eines unserer vielen fruchtigen Joghurtvarianten) in die Körbchen einfüllen und mit dem Topping Deiner Wahl garnieren.

Genuss-Tipp:

Selbst gemachte Granola-Körbchen machen Dich garantiert zum Helden eines jeden Frühstücks- und Brunch-Buffets bei Deinen Freunden und Familie. Du kannst hier natürlich wie immer kreativ sein und für den Körbchen-Teig auch Rosinen, kandierte Früchte oder Cornflakes verwenden. Oder fülle die Körbchen mal mit unserem Heumilch-Eis... Hauptsache knusprig lecker oder?

Joghurt FRUCHT-CRUMBLE

5 min.
leicht
4

Das brauchst Du:

180 g **ERDBEERJOGHURT,** 250 g **SPEISETOPFEN,**
1 EL Bienenhonig, 200 g Knuspermüsli Deiner Wahl,
Frische Erdbeeren & Minze zum Garnieren

So machst Du's:

Verrühre zuerst das Joghurt mit dem Topfen und mische den Bienenhonig unter die Creme. Hier kannst Du auch kleingeschnittene Fruchtstücke hinzufügen, wenn Du willst. Dann geht's auch schon ans Schichten: Dafür brauchst Du 4 hohe Gläser (Saft- oder Einmachgläser oder auch eine größere, tiefe Auflaufform sind möglich).

Starte mit der Joghurt-Topfen-Masse und dann abwechselnd mit dem Crumble schichten. On Top noch mit frischen Früchten und Minze garnieren. Schon ist dieser leichte Zwischensnack für heiße Sommertage fertig und genussbereit.

Genuss-Tipp:

Dieses einfache und blitzschnelle Dessert kannst Du mit all unseren cremigen Fruchtjoghurts zaubern. Einfach Dein Heumilch-Joghurt nach Wahl und die dazu passenden Früchte zum Garnieren im Rezept austauschen. Mix & Match, wie es Dir am besten schmeckt!

PANNA COTTA mit Joghurt

120 min.
leicht
4

Das brauchst Du:

250 g **HEUMILCH-JOGHURT DEINER WAHL,** 1 Zitrone,
80 g weiße Kuvertüre, 2 EL Holunderblütensirup, 4 Blatt Gelantine,
250 ml **SCHLAGRAHM,** 1 Vanilleschote

Zum Garnieren: weiße Schokostücke, Zitronenspalten

So machst Du's:

Die Gelatineblätter in kaltem Wasser einweichen. Die Vanilleschote längs einschneiden und das Mark mit dem Messer herauskratzen. Die Kuvertüre kannst Du grob hacken und mit dem Schlagrahm, Vanillemark, Zitronensaft und dem Sirup in einem Topf bei schwacher Hitze unter ständigem Rühren schmelzen.

Drücke die Gelatine gut aus und löse sie nun in der heißen Sahnemischung auf. Jetzt kannst Du Dein Lieblingsjoghurt unterrühren. Verteile die Masse auf kleine Gläser oder Schüsseln und stelle sie für mind. 2 Stunden kalt.

Zum Garnieren nimmst Du am besten weiße Schokostücke und Zitronenspalten.

Genuss-Tipp:

Dieses Joghurt-Panna-Cotta lässt sich natürlich auch mit allen unseren Heumilch-Fruchtjoghurts perfekt kreieren. Mit der dazu passenden Fruchtsauce oder frischen Früchten gibt's noch mehr herrlich erfrischenden Genuss für Dich.

© Виктория статных - stock.adobe.com

Haselnussjoghurt GUGELHUPF

60 min.
leicht
4

Das brauchst Du:

360 g **HASELNUSSJOGHURT,** 3 Eier, 180 g Zucker,
150 g Sonnenblumenöl, 300 g Weizenmehl, 1 Pkg. Backpulver,
20 g Backkakaopulver, etwas Semmelbrösel und **SENNEREIBUTTER**

So machst Du's:

Gib zuerst ein wenig Sennereibutter in die Gugelhupfform und stelle den Backofen auf 60 Grad. Form reinstellen, damit die Butter zergeht und dann die Gugelhupfform mit der flüssigen Butter einpinseln und mit den Bröseln bestreuen. Dann den Backofen auf 170°C Heißluft vorheizen. Jetzt kannst Du Eier, Zucker und Öl gut miteinander verrühren. Im Anschluss das Mehl, Back- & Kakaopulver sowie das Haselnussjoghurt unterrühren. Den Teig in die Gugelhupfform füllen und ca. 50 Minuten backen!

Genuss-Tipp:

Probier' auch einmal unser köstliches Kaffeejoghurt aus Heumilch für den Gugelhupf aus. Schmeckt einfach herrlich und der Gugelhupf wird durch das Joghurt super saftig.

© A_Lein - stock.adobe.com

BLITZ Grillsauce

15 min.
leicht
4

Das brauchst Du:

200 g **SAUERRAHM,** 120 g **SPEISETOPFEN,** 100 g **NATURJOGHURT,**
2 Stangen Frühlingszwiebel, 75 g Speckwürfel, frische Kräuter und zum Würzen: Salz, Pfeffer, Knoblauch und Paprikapulver

So machst Du's:

Zuerst verrührst Du Sauerrahm, Topfen & Joghurt in einer Schüssel. Dann brätst Du die Speckwürfel in einer Pfanne an und lässt sie kurz auf einer Küchenrolle abtropfen. Die Frühlingszwiebel schneidest Du in dünne Scheiben und gibst sie gemeinsam mit dem Speck zur Topfen-Joghurtmasse. Mit Salz, Pfeffer, Knoblauch & Paprika abschmecken und mit frisch gehackten Kräutern Deiner Wahl verfeinern.

Genuss-Tipp:

Für eine vegetarische Variante lässt Du einfach den Speck weg. Passt so oder so perfekt zu unseren gefüllten Champignons... Das Rezept findest Du in unserem Heft „Grill-Edition“.

© Perednankina - stock.adobe.com

SCHINKEN-KÄSE Joghurttaschen

20 min.
leicht
4

Das brauchst Du:

200 g **NATURJOGHURT,** 400 g Mehl (Weizen, Dinkel od. Mandelmehl)
1/2 TL Natron, 1/2 TL Zucker, 1 Prise Salz

Für die Füllung:
100 g Schinken in Scheiben, 100 g **ALMKÄSER SCHEIBEN,**
Frischkäse oder Kräuteraufstrich, **SENNEREIBUTTER** zum Braten

So machst Du's:

Zuerst vermengst Du Joghurt, Salz, Zucker und Natron miteinander und fügst nach und nach das Mehl hinzu. Am besten mit einem Handmixer zu einem festen Teig verarbeiten.

Den Teig in kleine Portionen teilen und jeweils zu einer Kugel formen. Dann dünn ausrollen, in die Mitte etwas Aufstrich geben,und die Schinken & Almkäser Scheiben drauflegen. Eine weitere Platte Teig drauflegen und die Ränder zusammendrücken, sodass kein Käse auslaufen kann.

In einer Pfanne den Butter schmelzen und die gefüllten Taschen beidseitig goldbraun anbraten.

Genuss-Tipp:

Du kannst diese leckeren Joghurttaschen natürlich nach Lust und Laune füllen: z.B. mit Speck, vegetarisch nur mit Käse oder sogar auch süß mit Nutella, Kokosraspeln & Bananen. Schmeckt garantiert immer! Die gefüllten Taschen eignen sich auch perfekt für ein schnelles Frühstück unterwegs. Und dazu: unsere Blitz-Grillsauce.

© zoryanchik - stock.adobe.com

SCHNELLE IDEEN

5-MINUTEN-FROZEN-JOGHURT

240 g gefrorene Beeren, 30 g Agavensirup, 60 g Naturjoghurt & 20 ml Limettensaft in einer Küchenmaschine mit Schneideeinsatz mixen, bis die Masse cremig und homogen ist. Du kannst das Frozen-Joghurt entweder sofort genießen oder für eine festere Konsistenz in einer Frischhaltedose mit Deckel für 3-5 Stunden im Gefrierfach kühlen.

SALATDRESSING

200 g Naturjoghurt, 2 EL Zitronensaft, 1 EL Olivenöl, gehackte Kräuter, Salz und Pfeffer direkt im Becher verrühren. Wir haben Dir dafür extra Platz gelassen, damit Du schnell und ohne viel Geschirr Dein Lieblingsdressing anrühren kannst. Praktisch oder?

EIS AM STIEL

Nimm Dir Deine Lieblingsfruchtjoghurts und steck einen Löffel oder einen Holzstick in das geschlossene Joghurt (durch den Deckel). Jetzt ab ins Gefrierfach für 3-4 Stunden und losschlecken. Für Kinder eigenen sich unsere Minijoghurts hervorragend!

TIPPS & TRICKS

SAUCEN VERFEINERN

Du kannst unseren Allrounder „Naturjoghurt“ auch für pikante Gerichte verwenden. Nimm einfach einmal statt Sahne, Sauerrahm oder Crème fraîche unser Naturjoghurt zum Verfeinern von Saucen & Dips. Schmeckt himmlisch cremig!

EXPRESS JOGHURT TIPP... ÄHHH DIP

Einen Dip braucht man eigentlich immer. Egal ob für Grissini, Gemüsesticks oder als Sauce für Pikantes. Nimm einfach 2 Becher Joghurt, verschiedene Kräuter, ein bisschen Salz & Pfeffer und mische alles untereinander! Schnell gemacht und verdammt lecker!

GESCHMEIDIG CREMIG

Heumilch-Joghurt schmeckt nicht nur gut, sondern spendet unserer Haut auch Feuchtigkeit. Probier' einmal eine Gesichtsmaske aus: 2 EL Naturjoghurt mit 1 EL Bienenhonig und 1 EL Zitronensaft verrühren. Maske aufs Gesicht auftragen und für 15 Minuten einwirken lassen und mit warmen Wasser abspülen.

KENNST DU SCHON ALLE REZEPTHEFTE?

Entdecke die Vielseitigkeit unserer Heumilch-Produkte von Kuh, Schaf & Ziege!

NOCH MEHR REZEPTIDEEN

WWW.ESZ.TIROL/REZEPTE

ERLEBNISSENNEREI ZILLERTAL
HOLLENZEN 116, 6290 MAYRHOFEN, ÖSTERREICH
ERLEBNIS@SENNEREI-ZILLERTAL.AT · 0043 5285 62713
ONLINESHOP & INFOS: WWW.ESZ.TIROL

100% RECYCELTES PAPIER

07460067