



# Traubendessert

für 4 Personen

## Zutaten

- 200 g grüne Trauben
- 200 g blaue Trauben
- 1 Becher Naturjoghurt
- 1 EL Waldhonig
- etwas Zimt

## Zubereitung

- Trauben waschen und in die Dessertschüssel geben.
- Joghurt, Waldhonig und Zimt bereitstellen.
  - Entspanne dich und bringe deine Gedanken zur Ruhe
- Joghurt, Waldhonig und Zimt über die Trauben geben, alles behutsam umrühren und 10 Minuten ziehen lassen.
- In Ruhe auf die 4 Dessertschälchen verteilen und genießen.