

Bunter Obst-Igel mit Joghurtdip



Zutaten (4 Portionen)	Zubereitung
250 g Obst der Saison	Das Obst waschen, in mundgerechte Stücke schneiden und auf mehrere Schälchen verteilen.
½ Melone	Die halbe Melone mit einem Löffel aushöhlen, das Fruchtfleisch in mundgerechte Stücke schneiden und in ein Schälchen geben.
1 Holzspieße 1 Zitrone für Zitronenwasser	Die verschiedenen Obststücke abwechselnd auf Spieße stecken. Die Zitrone mit der Zitruspresse auspressen und Zitronenwasser herstellen. Die Spieße kurz in Zitronenwasser tauchen, damit das Obst nicht braun wird. Die Stäbe von außen in die Melone stecken.
125 g Naturjoghurt 2 EL Fruchtfleisch von saftigen Obstsorten Zimt	Für den Dip den Joghurt in einem Schälchen mit Fruchtfleisch und Zimt vermischen.
Gehackte Nüsse, Sesam, Sonnenblumenkerne, Leinsamen, Haferflocken	Die verschiedenen Nüsse, Samen und Haferflocken in ein Schälchen geben. Nach Belieben die Obstspieße in den Joghurtdip und anschließend in Nüsse etc. tauchen.

Materialien:

- Schneidebretter, Messer zum Obst- und Gemüseschneiden,
- kleine Schälchen, ein Löffel zum Aushöhlen der Melone,
- eine Zitruspresse, eine Waage zum Abwiegen des Joghurts, Holzspieße