



## Selbstgemachte Gummitierchen

### Zutaten:

200 ml Wasser

2 Pck. Sofortgelatine

1 Pck. Götterspeise nach Wahl, ohne Zucker (kein Instant)

100 g Magerquark

Stevia

### Zubereitung:

Die 200 ml Wasser zum Kochen bringen. Den Topf vom Herd nehmen und die Sofortgelatine und die Götterspeise in das Wasser einrühren. Die Masse circa fünf Minuten auskühlen lassen und dann den Magerquark zügig unterrühren. Mit Stevia abschmecken.

Die Masse reicht für drei Silikonformen mit jeweils 15 Formen.

Guten Appetit!

