Rezept

Apfel-Meerrettich-Quark

Ein Rezept von Apfel-Meerrettich-Quark, am 12.10.2024

Zutaten

- **250 g** Magerquark
- Salz
- **1** Apfel (ca. 80 g)
- **4** Apfelspalten (nach Belieben)
- **2 TL** frisch geriebener Meer - rettich (oder aus dem Glas)
- grüner Pfeffer aus der Mühle
- **20 g** Senfsprossen

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 130 kcal

Zubereitung

1. Den Quark und den Meerrettich in einer Schüssel verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen.

2. Den Apfel waschen, mit der Schale fein reiben und unter den Quark mischen. Die Sprossen in einem Sieb waschen, trocken tupfen und über den Quark streuen. Nach Belieben mit Apfelspalten garnieren.