

## Rezept

# Alpenquark mit Brunnenkresse und Schnittlauch

Ein Rezept von Alpenquark mit Brunnenkresse und Schnittlauch, am 05.12.2025

## Zutaten

<b>100 g</b>	Sauerrahm (10 % Fett)	<b>100 g</b>	Magerquark
<b>100 g</b>	Hüttenkäse	<b>50 g</b>	Bergkäse
	½ Bund frischer Schnittlauch		6-7 Stängel frische Brunnenkresse (etwa 15 g)
<b>1 Msp.</b>	edelsüßes Paprikapulver	<b>1 Prise</b>	gemahlener Kümmel
	Salz		schwarzer Pfeffer aus der Mühle

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** FÜR 2-3 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 150 kcal

## Zubereitung

1. Den Sauerrahm in einer kleinen Schüssel mit Quark und Hüttenkäse verrühren.
2. Bergkäse entrinden und in kleine Würfel schneiden. Schnittlauch und Brunnenkresse waschen, trocken schütteln, einige Spitzen und Blätter zur Dekoration beiseitelegen. Brunnenkresse abzupfen und grob schneiden. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden.
3. Käse und Kräuter zu dem angerührten Quark geben, mit Paprika, Kümmel, Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Den Alpenquark zum Anrichten in Portionsschälchen oder in ein kleines Einmachglas geben, mit den beiseitegelegten Kräutern garnieren und z. B. mit Vollkornbrot, Brötchen oder Knäckebrot servieren.