Rezept

Chicorée mit Quarkfüllung

Ein Rezept von Chicorée mit Quarkfüllung, am 07.10.2026

Zutaten

2	große Chicorée
100 g	grüne Weintrauben
250 g	Speisequark (20 &%)
	Pfeffer
2 EL	Schnittlauchröllchen
100 g	blaue Weintrauben
1	Apfel
	Salz
	edelsüßes Paprikapulver
2	Vollkornbrötchen (je ca. 60 g)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 355 kcal

Zubereitung

1. Die Chicoréestauden waschen und putzen, längs halbieren. Jeweils das Innere auslösen (so dass Schiffchen entstehen) und in feine Streifen schneiden. Die Weintrauben waschen und halbieren, evtl. entkernen.

2. Den Apfel waschen und abtrocknen, vierteln, entkernen und grob raspeln. Mit dem Quark und dem klein geschnittenen Chicorée verrühren, mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver abschmecken. Die Trauben dazugeben.

3. Den fruchtig-pikanten Quark in die Chicorée-Schiffchen füllen und den Schnittlauch daraufstreuen. Die Brötchen dazu genießen.