

Rezept

Schafquark mit Brombeeren

Ein Rezept von Schafquark mit Brombeeren, am 26.04.2024

Zutaten

100 g Brombeeren (ersatzweise angetaute TK-Heidelbeeren)

150 g Quark aus Schafmilch

10 g Haselnusskerne

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Person | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 270 kcal, 19 g F, 11 g EW, 12 g KH

Zubereitung

1. Die Brombeeren verlesen, abbrausen, abtropfen lassen und in eine Schüssel geben. Den Quark untermischen.
-
2. Die Haselnusskerne grob hacken und auf den Quark streuen. Den Brombeer-Quark genüsslich löffeln.