

Rezept

# Sesam-Ricotta-Quark

Ein Rezept von Sesam-Ricotta-Quark, am 25.04.2024

## Zutaten

**60 g** helle Sesamsamen  
**250 g** Quark oder Topfen  
Salz

**250 g** Ricotta  
abgeriebene Schale und 4 EL Saft von 1 Bio-Limette  
Pfeffer

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 240 kcal

## Zubereitung

1. Den Sesam in eine kleine Pfanne geben und ohne Fettzugabe bei mittlerer Hitze unter Rühren goldbraun rösten. Wenn die Samen »zu springen« beginnen, bei Bedarf abdecken.

---

2. Den Ricotta mit dem Quark oder Topfen, der Limettenschale und dem Limettensaft verrühren. Die Sesamsamen noch heiß untermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen.