

Rezept

# Sommerliches Quarkdessert

Ein Rezept von Sommerliches Quarkdessert, am 02.04.2023

## Zutaten

<b>200 g</b> Erdbeeren	<b>2 TL</b> Zitronensaft
<b>200 g</b> Himbeeren	<b>200 g</b> Blaubeeren
<b>4</b> Stiele Minze	<b>500 g</b> Magerquark
<b>2 EL</b> Akazienhonig	$\frac{1}{2}$ TL Vanillepulver
<b>2 EL</b> Ahornsirup (nach Belieben)	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 185 kcal

## Zubereitung

1. Die Erdbeeren abbrausen und trocken tupfen, die Blütenansätze entfernen. Ein paar kleine Erdbeeren ganz lassen und beiseitestellen, den Rest in etwa 1 cm große Stücke schneiden und mit dem Zitronensaft beträufeln.
2. Himbeeren und Blaubeeren abbrausen und gut abtropfen lassen. Einige Früchte beiseitelegen. Die Minze abbrausen und trocken tupfen, kleine Blättchen ganz lassen, die großen fein hacken.
3. Den Quark mit Honig, Vanillepulver und gehackter Minze mit dem Schneebesen glatt rühren. Die Himbeeren mit der Gabel zerdrücken und untermischen.
4. Klein geschnittene Erdbeeren und die Blaubeeren untermischen. Den Quark auf Dessertschälchen oder Gläser verteilen, mit den ganzen Früchten und Minzeblättchen dekorieren.
5. Gut gekühlt servieren. Nach Geschmack mit etwas Ahornsirup beträufeln.