

Frühstücksidee: Quarkspeise mit buntem Obstmix



Zutaten (für zwei Portionen):

- 250 g Magerquark
- 60 ml Milch
- 1 EL Zucker
- eine Prise Salz
- Obst nach Wahl, z. B. Banane, Apfel, Kiwi, Beeren

Zubereitung:

1. Den Quark in eine Schüssel geben.
2. Milch, Zucker und Salz dazugeben und cremig rühren.
3. Obst waschen, kleinschneiden und zum Quark geben.

Tipp:

Das Obst kann je nach Saison und Geschmack variiert werden, sodass jedes Mal ein anderer Obstmix entsteht. Wer mag, gibt etwas Zitronensaft, Vanille oder gehobelte Mandeln zum Quark.

