

BIOerleben

Einfach KOCHEN!

KRÄUTER-QUARK

mit freundlicher
Unterstützung der
Landeshauptstadt
München
Referat für Klima-
und Umweltschutz

Kultur & Spielraum e.V. München

Ökoprojekt



Maria Zampalare | stock.adobe.com

An der Mittellinie falten, aufeinanderkleben und an der gestrichelten Umrandung auf Postkartengröße schneiden. Oder den Rand für Notizen verwenden.



REZEPT

KRÄUTER-QUARK



ow899 | stock.adobe.com

Kräuter waschen und Blättchen fein hacken.
Schnittlauch in Röllchen schneiden.
Den Quark in eine Schüssel geben.
Kräuter unterheben und mit Salz und Pfeffer würzen. Nach Geschmack noch etwas Zitronensaft hinzugeben.
Passt auf herzhaftes Brot, zu Pellkartoffeln oder als Dip für frisches Gemüse wie Gurken, Möhren oder Paprikaschoten.

1 Bund frische Kräuter
(z. B. Schnittlauch, Petersilie, Borretsch, Dill, Estragon)
250g Quark
Salz und Pfeffer
optional: 1 EL Zitronensaft

Zutaten für 6 Portionen (jeweils 40g)

Zubereitung