

RESTE

REZEPTE

Jakobs Brotaufstrich

Ein Rezept von unserer Mitarbeiterin im Team Ernährung Petra Will



Zutaten für 4 Personen:

250 g Quark
150 g Joghurt
etwas Milch
100 g Schinken (roh oder gekocht)
100 g geriebener Käse
Salz, Pfeffer
Kresse oder andere Kräuter

8 Scheiben Brot

Zubereitung:

Quark und Joghurt mit der Milch in einer Schüssel glatt rühren. Den Schinken klein schneiden, die Kresse waschen. Schinken, Käse und Kresse unter die Quarkmasse heben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Brotaufstrich auf den Broten verteilen und mit etwas Kresse bestreuen.

Tipp: Die Quarkmischung schmeckt auch zu Pell- oder Ofenkartoffeln und kann mit kleingeschnittenen Cocktailtomaten, Paprika oder Karotten variiert werden. Den Schinken kann man durch Räucherlachs austauschen oder auch weglassen.