



Bild und Rezeptnachweis: in-form.de/rezpte

Joghurtquark mit Orangen, Honig und Nüssen

Gesunde Rezepte für jeden Tag

- » 400 g Joghurt 1,5 % Fett
- » 250 g Magerquark
- » 400 g Orange, frisch filetiert
- » 25 g Honig
- » 40 g Haselnüsse, gehackt und geröstet

1. Joghurt, Quark und Honig zu einer cremigen Masse verrühren.
2. Orange filetieren und in Stücke schneiden.
3. Orangenstücke unter die Quarkcreme rühren und mit Haselnüssen bestreuen.