

Backpflaumen mit Quark



Zutaten für zwei Personen:

2 Backpflaumen (entsteint)
3 EL Quark (20%)
2 TL Milch

1. Quark mit Milch in einem Schüsselchen verrühren.
2. Backpflaumen halbieren und zugeben, 15 Minuten ziehen lassen.

Hinweise:

Teil eines amerikanischen Frühstücks bzw. Brunch.
Zum amerikanischen Frühstück gehören die poached eggs ebenso wie der cottage cheese.

Und verschiedene Sorten von Bagels, Toast, French toast.

Dann natürlich die Früchte, im Minimum Melonen, aber auch Erdbeeren, Orangenseiten, Bananen mit Zitronensauce.

Rosa Grapefruitsaft oder frisch gepresster Orangensaft darf nicht fehlen.

Schlagworte:

sehr leicht, Zubereitung ca. 5 min, Gesamtzeit ca. 20 min, Brunch, Quarkspeisen, amerikanisch

Rezept: Kerstin, Foto: Walter
Stand: 13.01.2023