

## Konfettiquark mit Gemüse zum Dippen

### 1. Konfettiquark

¼ Paprikaschote, rot	- In kleine Würfel schneiden
1 Bund frische Kräuter, z.B. Schnittlauch, Petersilie, Dill, Zitronenmelisse	- Waschen - Mit einem sauberen Geschirrtuch trocken tupfen - fein hacken
500 g Magerquark 4 El Sahne 1 Packung Frischkäse	- alle Zutaten in eine Rührschüssel geben - Paprikawürfel und gehackte Kräuter dazu geben - Mit dem Rührlöffel dazu verrühren
Pfeffer, Salz	- Zum Abschmecken

### 2. Quark zum Dippen

Je nach Jahreszeit/ Saison:

Möhren, Kohlrabi, Paprikaschoten  
oder anderes

- Waschen
- Möhren und Kohlrabi schälen
- In fingerlange Stifte schneiden
- Paprikaschote halbieren, weiße Haut und Kerne entfernen, in fingerlange Streifen schneiden
- die Gemüwestreifen sortiert auf einer Platte anrichten