

Obstquark mit Knusperflocken

1. Knusperflocken

- | | |
|--------------------|--|
| 2 EL Butter | - In einer Pfanne erhitzen, bis sie anfängt zu schäumen |
| 10 EL Haferflocken | - Dazugeben und bei mäßiger Hitze und ständigem Rühren leicht rösten |
-

- | | |
|------------------------|---|
| 2 EL brauner Zucker | und |
| 2 EL Sonnenblumenkerne | - Zu den Flocken geben |
| | - Weiter rühren, bis die Knusperflocken eine hellbraune Farbe haben |
| | - Abfüllen und auskühlen lassen. |

2. Obstquark

- | | |
|----------------------|---|
| 500 g Quark | |
| 250 g Joghurt | |
| 4 EL Zucker | |
| Saft einer ½ Zitrone | - Alle Zutaten in eine Rührschüssel geben |
| | - Mit einem Schneebesengut verrühren |
-

- | | |
|---------|---|
| 1 Apfel | und |
| 1 Birne | - Waschen, Stiel und Kerngehäuse entfernen |
| | - Obst in kleine Würfel schneiden |
| | - In die Quarkspeise geben und mit einem Rührlöffel verrühren |
| | - Abschmecken und evtl. nachsüßen |

Statt Apfel und Birne schmeckt auch anderes Obst der Saison sehr gut, beispielsweise Erdbeeren, Heidelbeeren, Johannisbeeren.