

# Zitronenquark mit Beeren und Hafercrunch



## Zutaten:

- 250 g Magerquark
- 75 g Naturjoghurt
- 1 Zitrone
- 1 EL Honig
- 100-150 g Beeren
- 1 TL Rapsöl
- 1 TL Honig
- 40 g zarte Haferflocken
- 1 Prise Zimt



2 Portionen



ca. 15 Minuten

## Zubereitung:



- 1) Haferflocken mit Honig und Rapsöl in einer Pfanne rösten, auskühlen lassen.
- 2) Quark, Joghurt, Honig, Zitronensaft und – abrieb verrühren. Je nach Konsistenz etwas Wasser hinzugeben.
- 3) In Gläsern Joghurt und Beeren schichten und mit Hafercrunch toppen.



Dieses Rezept und weitere  
Informationen findet ihr hier!