Ernährung

Rezept von Sven Bach aus der Sendung Kaffee oder Tee vom 10.08.2026

Kräuterquark

Zutaten:
250 Quark 20 % Fett
80 g Joghurt
50 g Schmand
½ Limette, Saft
5 EL Kräuter, gemischt, TK oder frisch
Salz und Pfeffer

Zubereitung:
1. Quark, Joghurt und Schmand verrühren, den Limettensaft und die Kräuter zugeben und verrühren. Mit Salz und Pfeffer würden.
2. Den Quark 1-2 Stunden im Kühlschrank durchziehen lassen.

Das Video zum Rezept finden Sie hier:
https://www.swr.de/video/sendungen-a-z/kaffee-oder-tee/gurken-das-koennen-sie-mit-dem-wasserreichen-gemuese-machen-100.html

Bitte beachten Sie, dass unsere Videos eine Sichtbarkeit von 2 Jahren haben und nach Ablauf der Frist nicht mehr zu finden sind.