

Selbstgemachter Obstquark

Zeitaufwand: ★
Schwierigkeit: ★



Zutaten für 10– 12 Kinder:

- 300 g gemischtes Obst (z. B. Banane, Pfirsich, frische oder TK-Beeren, Apfel, Birne)
- 500 g Magerquark
- 100 ml Mineralwasser mit Kohlensäure



Zubereitung:

- **Obst** waschen, ggf. entkernen und in kleine Stücke schneiden
- mit etwas **Mineralwasser** zu Brei pürieren
- Obstpüree mit **Magerquark** mischen
- nach und nach so viel **Mineralwasser** hinzufügen, bis die gewünschte Konsistenz des Obstquarks erreicht ist

Tipp:

Werden hauptsächlich Bananen verwendet, kann noch 1 EL schwach entölt und gesiebter Backkakao hinzugefügt werden. Schon entsteht ein leckerer Schoko-Bananen-Quark.

Mit etwas Vollkornknäckebrötchen lässt sich außerdem im Handumdrehen ein selbstgemachter Knusper-Quark herstellen. Dazu einfach direkt vor dem Verzehr das Vollkornknäckebrötchen in den fertigen Obstquark hineinbrechen und losknuspern.