

Vanille Quark Creme mit Kompott

Zutaten für zwei Personen

Kurteilnehmer: Tagesmengen beachten

- 2 Vanilleschoten
- 200 g Pflaumen
- 400 g Magerquark
- Zimt

Zubereitung

- Vanillemark auskratzen und mit dem Quark verrühren.
- Quarkmasse mit 2-3 EL Wasser (bzw. mehr je nach gewünschter Konsistenz) cremig rühren. Pflaumen entkernen, in Hälften schneiden und in einer heißen Pfanne andünsten, bis sie weich sind.
- Kompott mit Zimt abschmecken und mit der Vanillecreme anrichten.