

Bananenquark

Zutaten:

250 g Speisequark
2 EL Mineralwasser
1 große Banane
1-2 EL Honig
1 Priesen Zimt



Foto: Yvonne Bogdanski / Adobe Stock

Zubereitung:

Den Quark mit dem Mineralwasser sowie dem Honig und Zimt anrühren und vermengen. Die Banane schälen und in Scheiben oder Würfel schneiden und unter den Quark heben. Nach Belieben kann die Banane auch vorher mit einer Gabel zerdrückt und untergehoben werden.

