

Limetten-Ingwer-Creme



Zubereitungszeit

15 Minuten

Nährwerte

Pro Portion ca.

Kalorien:	310 kcal
Eiweiss:	18 g
Fett:	9 g
Kohlenhydrate:	39 g

Zutaten

2	Limetten
100 g	Zucker
40 g	Ingwer
700 g	Halbfettquark

Zubereitung

1. Von der Hälfte der Limetten die Schale fein abreiben. Limetten halbieren und auspressen. Limettenschale, -saft und Zucker in eine Schüssel geben. Ingwer schälen und fein dazureiben. Quark begeben, alles gut mischen. Sofort servieren.