

Quarkplätzchen mit Erdbeerpüree

aus: ReformhausKURIER 6/97

Zutaten für 4 Portionen:

2 EL Butter oder Reformhausmargarine
2 EL Vollzucker
1 Pck. Natur-Vanillezucker
Schale einer unbehandelten Zitrone
2 Eier
60 g Weizenmehl
2 EL Vollwertgrieß
250 g Quark (20% Fett)
Kokosfett zum Braten

Püree:

500 g Erdbeeren (Rhabarber, Himbeeren)
50 ml Fructose
Saft von ½ Zitrone
½ TL Biobin
8 - 12 Minzblätter

Zutaten für die Quarkplätzchen miteinander verrühren. Ca. 20 Minuten quellen lassen. Zwölf flache Plätzchen formen und in heißem Fett goldgelb braten. Zwischenzeitlich Erdbeeren pürieren, mit Fructose und Zitronensaft abschmecken. Mit Biobin leicht andicken.

Die warmen Plätzchen auf dem Püree anrichten und mit Minzblättern garnieren.

Pro Portion ca. 250 kcal / 1000 kJ