



# Rhabarber-Mint-Quark

Klingt das nicht lecker? Das Rezept ist zudem ganz einfach und geht sehr schnell! Eine liebe Kundin hat es mit uns geteilt und empfiehlt es als leichtes Frühstück oder als kleine Nachspeise. Viel Spaß beim Ausprobieren!

## Ihr benötigt dafür:

- 250 g Quark 20 %  
Saft von 1/2 Zitrone
- 5 gemörserte mint-teeballs
- 5 Teelöffel Rhabarber Marmelade.

Die Zutaten alle vermischen und in kleinen Portionen in Gläschen geben. Die Menge ergibt 4 Portionen, mit je ca. 90 Kalorien.

Durch die Minze-Teaballs schmeckt der Quark sehr erfrischend.

Die Marmelade kann man je nach Geschmack auch durch andere Marmelade ersetzen. Somit hat man Fruchtgeschmack ohne Zucker beifügen zu müssen. Wenn man ganz auf Zucker verzichten möchte, kann man auch frische Obstsorten zerkleinert dazugeben.

Nochmals DANKE an Sigihusi für das Rezept und die Fotos!

Bild und Rezept von Sigihusi

Ihr habt auch ein leckeres Teaballs Rezept? Wir freuen uns auf eure Inspirationen auf [info@teaballs.de](mailto:info@teaballs.de)