



Ein Projekt der Grundschule  
Taufkirchen (Vils)

# Kochkiste



Honigbrot mit Früchtequark

## Zutaten:

- 120 g roter Apfel (1 Apfel)
- 150 g Orange (1 Orange)
- 140 g Birne (1 Birne)
- 1 TL Zitronensaft (5 g)
- 150 g Magerquark
- 10 g gemahlene Nüsse, z.B. Haselnüsse
- 2 Scheiben Roggenvollkornbrot à 50 g
- 30 g Butter
- 40 g Honig

## Zubereitung:

Den Apfel und die Birne waschen, vierteln, das Kerngehäuse entfernen und die Hälfte der Apfel- und Birnenviertel grob raspeln. Die übrigen Viertel in dünne Spalten schneiden. Alles mit Zitronensaft beträufeln. Die Orange schälen und die Orangenfilets ausschneiden.

Den Quark mit etwas Wasser glatt rühren. Die Apfel- und Birnenraspel mit den Haselnüssen unter den Quark mischen. Den Quark mit den Apfel- und Birnenspalten dekorieren.

Die Brote toasten und abkühlen lassen, mit der Butter und dem Honig bestreichen und mit dem Quark servieren.

**Tip:** Man kann auch aus den restlichen Apfel- und Birnenviertel statt Spalten, kleine Tiere oder andere Figuren ausstechen.