

Süß und kalt

## Birnenquark

Zubereitungszeit ca. 10 Min.

### Teigzutaten:

100 g Magerquark 100 ml  
Lovital complete HP Drink Vanille  
1/2 Birne  
Zucker  
Zimt

### Nährwerte pro Portion:

Energie ..... 430 kcal  
Eiweiß ..... 10,0 g  
Fett ..... 13,0 g  
Kohlenhydrate ..... 37,0 g  
Ballaststoffe ..... 1,0 g

### Zubereitung

Den Quark und die Trinknahrung miteinander verrühren. Die Birne klein schneiden oder pürieren und unter die Quarkmischung heben.  
Mit Zucker und Zimt abschmecken. Guten Appetit