

Vanillequarkspeise mit Schokoladenstreuseln

- für 1 Person -

Zutaten:

50 g Magerquark
50 ml fettarme Trinkmilch, 15% Fett
1 TI Vanillezucker
½ TI Vanillesoßenpulver
20 g Schokoladenstreusel

Zubereitung:

Aus Milch und Vanillesoßenpulver Vanillesoße kochen, abkühlen ·
Quark mit Vanillesoße und Vanillezucker abschmecken · Quarkspeise
mit Schokostreuseln garnieren

Nährwertangaben:

1 Portion = 180 kcal, 2,1 g Ball., 3 mg tier. Chol.
2 KHE