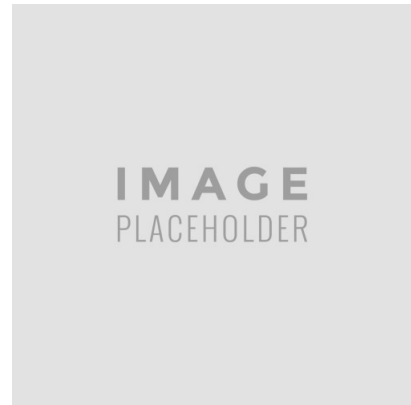


Der Weltbeste Kräuterquark

Joghurt, Quark und Schmand gut miteinander verrühren. Die Limette auf der Arbeitsfläche hin und her rollen damit sie mehr Saft gibt, auspressen und den Saft zum Quark geben. Zwiebel, Knoblauch und die Kräuter dazu geben und alles gut durchrühren. Mit Salz, Pfeffer und Paprika oder Chili abschmecken.

Den Quark für mindestens 1 Stunde zum Durchziehen in den Kühlschrank stellen. Vor dem Servieren nochmal verrühren und abschmecken.

Den Quark gibt es bei uns traditionell zu Pellkartoffeln, er schmeckt aber auch lecker auf Brot, passt zum Grillen, zum Dippen von Rohkost und als abrundender Klecks auf warme Speisen wie Ratatouille.



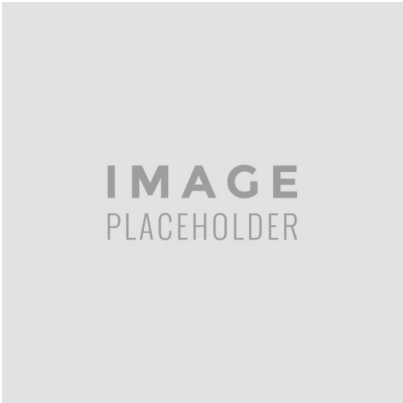
Zutaten für 2 Portionen:

Menge	Einheit	Zutat
100	G	Schmand
1000	G	Magerquark
100	G	Zwiebel
50	ML	Limettensaft
10	G	Kräuter

Nudeln-Schinken-Auflauf

Den Ofen auf 230 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. Das Tomatenmark mit etwas Sahne in der Auflaufform verrühren. Die restliche Sahne hinzufügen und großzügig würzen. Die zerkleinerten Zwiebelstückchen, die rohen Nudeln und den Schinken hineingeben. Das Wasser hinzufügen, so dass die Nudeln gerade so bedeckt sind, und alles gut vermengen. Den Käse darüberstreuen. Den Auflauf in den Ofen schieben und ca. 35 Minuten backen lassen.

Anmerkung: Es gibt viele Rezepte für einen Nudel-Schinken-Auflauf. Da mir diese aber alle zu kompliziert sind, hier mein optimierter Auflauf. Das besondere ist der gute Geschmack bei sehr einfacher und schneller Zubereitung. Am Ende muss lediglich eine Auflaufform abgewaschen werden, die Zutaten kann man leicht passend und auf Vorrat kaufen und man braucht keine Gemüsebrühe mit vielen Zusatzstoffen. Von der Arbeit nach Hause kommen, schnell den Ofen anschmeißen, 10 Minuten Arbeit, Timer stellen und kurze Zeit später das fertige Essen genießen.



Zutaten für 2 Portionen:

Menge	Einheit	Zutat
200	ML	Sahne
125	G	Schinken
250	G	Nudeln
10	G	Kräuter
400	ML	Wasser
100	G	Zwiebel