

REZEPT



## OBSTSALAT

BIO AYURVEDA FRÜHSTÜCKSAUBER N° 770



RIMOCO GEWÜRZMANUFAKTUR

[www.rimoco.de](http://www.rimoco.de)



**10% RABATT**

auf deinen Einkauf  
bei Anmeldung zu  
unserem Newsletter.



## ZUTATEN

**6 PORTIONEN**  
**VORBEREITUNG | 15 MIN.**  
**KOCHZEIT | 5 MIN.**

### OBSTSALAT

4 Nektarinen  
3 Handvoll Kirschen  
2 Handvoll Erdbeeren  
1 Handvoll Himbeeren  
2 Handvoll Blaubeeren  
Saft von 1/2 Zitrone  
2 TL Agavensirup oder  
flüssiger Honig  
1 EL gehackte Minze  
2 EL gehackter Basilikum

### QUARKCREME

250 g Magerquark  
100 g Crème fraîche  
200 g Schlagsahne  
3 EL Zucker  
2 TL Bio Ayurveda  
Frühstückszauber N°770  
Etwas abgeriebene  
Orangenschale

## ZUBEREITUNG

1. Nektarinen in dünne Spalten schneiden, Kirschen halbieren und entsteinen. Erdbeeren je nach Größe halbieren oder vierteln.
2. Alle Früchte in einer großen Schüssel mit Zitronensaft, Agavensirup oder Honig und gehackten Kräutern vermischen.
3. Quark und Crème fraîche verrühren. Sahne steif schlagen und zusammen mit dem Zucker, Ayurveda Frühstückszauber und Orangenschale unterheben.
4. Den Obstsalat mit extra Kräutern bestreut zusammen mit der Quarkcreme servieren.

**WEITERE REZEPTE**

[www.rimoco.de](http://www.rimoco.de)