



Quarkspeise mit roter Grütze

Zutaten (für 10 Portionen)		Menge
627306	Diabetiker Quarkfein Vanille (OFS)	100 g
	Milch, 1,5 %	200 ml
	Magerquark	250 g
327824	Diabetiker Instant Rote Grütze (OFS)	75 g
	Trinkwasser	500 ml

Zubereitung:

Diabetiker Quarkfein und Diabetiker Rote Grütze nach Anleitung zubereiten. Die Quarkspeise portionieren. Kurz vor dem Servieren die Rote Grütze darüber geben.

Nährwerte pro Portion

Energie	404,98 kJ / 96,63 Kcal
Eiweiß	4,10 g
Fett	0,39 g
Kohlenhydrate	18,49 g
BE	1,50