



Birnenquark

Zutaten (für 1 Portion)		Menge
	Sahnequark (40 % F. i. Tr.)	100 g
194723	Resource® Vanille protein	100 ml
	Zucker	1 Esslöffel
	Birne	1/2
	Zimt	1 Messerspitze
4701	Resource® Thicken up	Nach Bedarf

Zubereitung:

Den Quark mit Resource® protein und Zucker verrühren. Die Birne klein schneiden, pürieren und unter die Quarkmischung heben. Mit Zimt abschmecken.

Für Menschen mit Kau-Schluck-Störungen: Resource® Thicken up bis zur gewünschten Konsistenz hinzufügen.

Nährwerte pro 100g

Energie	380 kcal/ 1596 kJ
Eiweiß	21,4 g
Fett	3,9 g
Kohlenhydrate	39 g