

Ofenkartoffel mit Kräuterquark



Zutaten:

- 4 festkochende Kartoffeln
- 1 Bund Schnittlauch
- ¼ Bund Petersilie
- ¼ Bund Basilikum
- 200 g Magerquark
- ½ EL Zitronensaft



Gewürze:

1 Prise Pfeffer, 1 Prise Jod-Salz



2 Portionen



ca. 70 Minuten

Zubereitung:

- 1) Ofen auf 175°C Ober-/ Unterhitze vorheizen.
- 2) Kartoffeln gründlich waschen, trocken reiben und fest in Alufolie wickeln. Die Kartoffelpäckchen mehrmals mit der Gabel einstechen und nebeneinander auf das Backofengitter legen.
- 3) Im vorgeheizten Backofen, je nach Größe 50-60 Minuten garen, bis sie weich sind.
- 4) In der Zwischenzeit Kräuter waschen, trocken schütteln und fein hacken.
- 5) Kräuter mit dem Quark verrühren und mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Zum Servieren die Folie der Kartoffeln jeweils etwas öffnen oder ganz entfernen und mit Kräuterquark garnieren.

Rezeptvariation:

Je nach Geschmack, kann die Ofenkartoffel auch mit Gemüse getoppt oder mit Salatbeilage gereicht werden.



Dieses Rezept und weitere
Informationen findet ihr hier!

Ofenkartoffel mit Kräuterquark



Nährwerte (1 Portion):

Energie (kcal)	262,2 kcal
Fett <i>davon gesättigte Fettsäuren</i>	0,8 g 0,3 g
Kohlenhydrate <i>davon Zucker</i>	40,7 g 5,8 g
Protein	20,2 g
Ballaststoffe	8,4 g

