



CREMA AL QUARK AL LIMONE

**PER 4 BICCHIERI
DA CA. 2 DL E ½ L'UNO**

500 g quark semigrasso
3.3 dl panna intera
3 c. miele liquido

1 limone

1 limone
1 c. miele liquido

ECCO COME SI FA

1. Crema: in un recipiente lavorare il quark., la panna e il miele con le fruste dello sbattitore elettrico per ca. 2 min. fino a ottenere un composto cremoso e compatto.

2. Limone: unire un po' di scorza grattugiata, 1 cucchiaino di succo e amalgamare bene.

3. Impiattamento: distribuire la crema nei bicchieri, coprire e mettere in frigo per ca. 1 ora. Bagnare con un filo di miele. Tagliare il limone a fette sottili e usarle come decorazione.

Ideale con: basilico.

Preparazione: ca. 10 min.

In frigo: ca. 1 ora

Valore nutritivo: Una porzione (1/4):
kcal 446 / 35 G / 19 C / 13 P
vegetariano, senza lattosio, senza
glutine

Lista della spesa

Trovi questi ingredienti
nei Coop Pronto



In collaborazione con

Betty Bossi