SUMMER-SLICE
mit Quark & Grünzeug

mit BÖCKER Bio Vollwertbrot



GLUTENFREI

einfach **Gesamtzeit** ca. 25 Minuten

Zubereitung

1. Quark in eine Schüssel geben. Petersilie fein hacken und zusammen mit dem fein gehackten Knoblauch unter den Quark rühren.

2. Saft und Abrieb der halben Zitrone hinzufügen. Mit Olivenöl, Salz, Pfeffer und optional Chiliflocken oder rosa Pfefferbeeren würzen. Alles gründlich vermengen und die Mischung etwa 5 – 10 Minuten ziehen lassen, damit sich die Aromen entfalten können.

3. **BÖCKER Bio Vollwertbrot** in Scheiben schneiden und leicht toasten.

4. Quarkcreme großzügig auf die Brotscheiben streichen. Nach Belieben mit frischen Petersilienblättern oder Zitronenzesten garnieren.

5. Wer mag, ergänzt den Summer-Slice mit frischem Gemüse wie Gurkenscheiben oder Radieschen oder bestreut ihn mit gerösteten Sonnenblumenkernen für extra Crunch.

Zutaten

4 Scheiben	**BÖCKER Bio Vollwertbrot**
250 g	Quark (Magerquark oder 20%, je nach Geschmack)
6 – 8	frische krause Petersilie
1/2	Bio-Zitrone (Saft und etwas Abrieb)
1	kleine Knoblauchzehe
1 TL	Olivenöl
	Salz
	frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
	Optional: eine Prise Chilliflocken oder rosa Pfefferbeeren

Bildnachweis: © Ernst BÖCKER GmbH & Co. KG

Jetzt Bestellen!

Mehr Informationen unter:
www.sauerteig.de | www.sauerteig.shop