

# REZEPT KÖRNIGER FRISCHKÄSE - herzhaft oder süß (1 Portion)



## Zutaten für die herzhafte Variante:

200 g körniger Frischkäse  
100 g Gurke  
4 Cherrytomaten  
3 Champignons  
½ Avocado  
Salz, Pfeffer  
Sesamkörner  
Kresse  
Zitronensaft

## Zubereitung:

1. Obst/Gemüse waschen und in mundgerechte Stücke schneiden.
2. Frischkäse in der Mitte eines Tellers platzieren.
3. Obst/Gemüse um den Frischkäse herum verteilen.
4. Frischkäse nun toppen mit Sesam, Salz, Pfeffer, Kresse, Spritzer Zitronensaft für die herzhafte Variante oder Zimt, Mandeln, Spritzer Zitronensaft für die süße Variante.

## TIPP 1:

Dies ist ausschließlich ein Rezeptvorschlag. Gerne kannst du mit allem, was du zuhause hast, ergänzen/tauschen. Probieren dich gerne aus!

## TIPP 2:

Es eignen sich für dieses schnelle Gericht all die vorbereiteten Zutaten wie Brokkoli, Dinkel, Hafer, oder auch der Apfelkompott für die süße Variante!