



Orangensalat mit Zitronen-Zimt-Creme



Zeit gesamt
20min

Zubereitungszeit
20min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Zitronen	1 St.
Quark 40 % Fett i.Tr.	250 g
Crème fraîche	1 EL
Zucker	25 g
Zimt	0.25 TL
Orangen	8 St.
Basilikum, frisch	20 g

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, große Schüssel

1. Zitrone heiß waschen, etwa 1 TL Schale fein abreiben, halbieren und Saft auspressen.
2. In einer Schüssel Quark, Crème fraîche und Zucker verrühren. Zitronenschale, Zitronensaft und Zimt hinzufügen.
3. Mit einem scharfen Messer Orangen so dick schälen, dass die weiße Innenhaut mit entfernt wird. Früchte quer in dünne Scheiben schneiden, dabei Saft auffangen. Basilikum waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und fein hacken. In einer Schüssel mit Orangenscheiben und -saft vermengen.
4. Orangenscheiben nebeneinander auf Tellern anrichten. Orangensalat mit je einem Klecks der Zitronen-Zimt-Creme servieren.

Viel Freude beim Genießen!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	238 kcal
Kohlenhydrate	47 g
Eiweiß	12 g
Ballaststoffe	8 g
Fette	2 g