



# Quarkplätzchen mit Bärlauch

Zeit gesamt  
50min

Zubereitungszeit  
20min

Schwierigkeit  
Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

Bärlauch	40 g
Frühlingszwiebeln	1 Bund
Quark 40 % Fett i.Tr.	500 g
Weichweizengrieß	150 g
Eier	2 St.
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Sonnenblumenöl	4 EL

## Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, große Pfanne

1. Bärlauch waschen, trocken schütteln und fein schneiden. Frühlingszwiebeln waschen, trocken schütteln, Wurzelansätze entfernen und fein hacken. In einer Schüssel Bärlauch, Frühlingszwiebeln, Quark, Grieß und Eier vermengen, mit Salz und Pfeffer kräftig würzen und ca. 40 Min. quellen lassen.

2. Mithilfe zweier Esslöffel aus der Masse 12 kleine Plätzchen formen. In einer Pfanne Öl auf mittlerer Stufe erhitzen und in heißem Sonnenblumenöl bei schwacher Hitze ca. 4 Min. von jeder Seite knusprig braten. Anschließend zum Abtropfen auf Küchenkrepp geben und servieren.

Guten Appetit!

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	368 kcal
Kohlenhydrate	38 g
Eiweiß	22 g
Ballaststoffe	1 g
Fette	14 g