

# Kräuterquark

für 2 Personen:

## Zutaten:

250 g Magerquark  
ca. 100 ml Milch oder laktosefreie Milch  
2 EL Olivenöl  
Salz  
½ Zwiebel  
1 Knoblauchzehe  
Schnittlauch oder  
Basilikum

## Zubereitung:

Den Quark mit der Milch und dem Olivenöl verrühren, feingehackte Zwiebel und feingehackten Knoblauch dazu geben, mit Salz abschmecken, mit Schnittlauch und / oder Basilikum vermischen.

*Guten Appetit !*