

**„Akzeptanz nachhaltiger Ernährung durch Verbraucherbildung“
Schulrezept zur Gemüse-Obst-Abokiste**

Ellen-Key-Schule:

Rosmarinkartoffeln mit Kräuterquark

(4 Portionen)



Menge	Zutat	Arbeitsschritt
		Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen
1,2 kg	Kartoffeln	gründlich waschen und auf dem Brett der Länge nach halbieren
2 EL	Rapsöl	auf das Backblech streichen
	Jodsalz mit Fluorid	auf das gefettete Blech streuen
	Rosmarinzweige	waschen und auf dem Blech verteilen
		zum Schluss die Kartoffelhälften mit der Schnittfläche auf das Backblech legen und ca. 20-30 Min. bei 200°C Ober-/Unterhitze backen

Menge/Quark	Zutat/Quark	Arbeitsschritt/Quark
600 g 2 EL	Speisequark 20 % Wasser	in einer Schale mit dem Schneebesen verrühren
1	rote Zwiebel	schälen, in Würfel schneiden und zum Quark geben
	Dill Petersilie Schnittlauch	waschen, klein schneiden und ebenfalls zum Quark geben
	Jodsalz mit Fluorid weißer Pfeffer	zugeben, alle Zutaten gut verrühren und Quark pikant abschmecken (mit dem Löffel)

Informationen: www.in-form.de, www.inform-rezepte.de

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages