



DR. JOHANNA
BUDWIG

Email: kontakt@dr-johanna-budwig.de

Tel: 0441 / 390 630-0

Web: www.dr-johanna-budwig.de



Budwig Creme mit Trauben und Dr. Budwig Linufit

Zutaten

6 Stück(e) Trauben

1 Esslöffel Dr. Budwig Leinöl

2 Esslöffel Dr. Budwig Linufit®

120 g Magerquark

2 Esslöffel frische Vollmilch

1 Teelöffel Honig

Zubereitung

1. Den Quark mit der Vollmilch glattrühren. Dr. Budwig Leinöl und Honig hinzufügen und unterrühren, bis kein Öl mehr sichtbar ist.
2. Die Trauben waschen und halbieren.
3. Die Budwig Creme mit Trauben in ein Schale geben.

Gesamtzeit: 10 min

Schwierigkeitsgrad: einfach

Portionen: 1

Kalorien p.P.: 342 kcal

4. Zuletzt Dr. Budwig Linufit darüber streuen und genießen!