

Schwierigkeitsgrad



PRO PORTION

KALORIEN
293 kcal

KOHLENHYDRATE
13,2 g

FETT
7,4 g

EIWEISS
41,6 g

BALLASTSTOFFE
2,4 g

Würziger Radieschen-Hüttenkäse

Zubereitung (10 Min.)

1. Die Radieschen klein würfeln.
2. Die Schalotte abziehen und ebenfalls klein würfeln.
3. Den Hüttenkäse in eine Schüssel geben, die Radieschen- und Schalottenwürfel mit den Kräutern und dem Olivenöl hinzufügen und nach Bedarf mit Salz, Pfeffer und Chili abschmecken.
4. Abschließend alle Zutaten gründlich verrühren und ggf. nachwürzen.

Tipp! Aufgrund seines geringen Anteils an Kohlenhydraten und seiner wertvollen Inhaltsstoffe ist Hüttenkäse beliebt bei Menschen, die abnehmen und sich gesund ernähren wollen.

Zutaten

300 g Hüttenkäse, fettarm
10 Radieschen (ca. 120 g)
1 Schalotte (ca. 20 g)
1 TL Olivenöl, nativ
1 EL Schnittlauch
1 EL Kräuter nach Wahl
Salz
Pfeffer
Chili