

## Pellkartoffeln mit Kräuterquark

- **250 g Kartoffeln pro Person** (festkochend oder vorwiegend festkochend) sehr gut mit einer Gemüsebürste waschen
- Wasser 1.5 cm hoch in einen Kochtopf füllen und das Garsieb hineinlegen
- Kartoffeln kochen bis die Schale aufplatzt

### Kräuterquark

- **100-150 g veganer Quark pro Person**  
cremig rühren
- 1-2 EL **Olivenöl** zugeben
- **Salz/ Kräutersalz/ Pfeffer** zugeben
- **Kräuter** nach Geschmack waschen, hacken und zugeben
- **Zwiebel/** Lauchzwiebeln/  
Frühlingszwiebeln klein schneiden und zugeben
- eventuell **Knoblauch** pressen und zugeben
- Abschmecken!