

Alles-Käse-Blumen mit Gemüse und Kräuterquark (für 4 Blumen)

4 Scheiben Vollkornbrot
Butter zum Bestreichen
2 Scheiben Käse
4 Radieschen
2 Möhren
¼ Gurke
Schnittlauch
125 g Kräuterquark

Brote mit Butter bestreichen und mit Käse belegen. Aus den Scheiben eine Blume mit einer großen Blumen-Ausstechform je 1 Blume ausstechen.

Gemüse waschen und putzen. Radieschen halbieren, Möhren in Scheiben schneiden, Gurken der Länge nach für Blätter und Stängel in Stifte schneiden. Einige Stifte fein würfeln.

Brotblumen mit Möhren und Radieschen und Gurkenwürfeln verzieren. Stängel und Blätter anlegen.

Schnittlauch waschen und in Röllchen schneiden. Über den Quark streuen und mit restlichem Gemüse zu den Blumen reichen.

Variationen:

- statt Käse kann man auch Leberwurst als Brotaufstrich wählen bzw. andere Wurst.