



# Walnuss-Frischkäse mit Beeren



## Nährwertangaben (pro Portion/Stück)

Energie: 159 kcal  
Eiweiß: 2 g      Fett: 12 g  
Kohlenhydrate: 10 g

**Zubereitungszeit:**  
ca. 15 Minuten

## Zubereitung:

1. Walnüsse fein hacken und im Backofen bei 170 Grad 7 Minuten lang rösten, abkühlen lassen. Die getrockneten Blaubeeren, Cranberries und Rosinen mit Cointreau 10 Minuten lang marinieren.
- 2 . Frischkäse cremig rühren. Beeren aus der Marinade nehmen und zusammen mit den gehackten Walnüssen und dem Frischkäse vermengen. Gekühlt zu Bagels oder Toast servieren.

## Zutaten für 4 Portionen :

400 g Frischkäse  
80 g kalifornische Walnüsse  
50 ml Cointreau  
40 g getrocknete Blaubeeren  
40 g getrocknete Cranberries  
40 g Rosinen