



# 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