

Nieheimer Kochkäse

Zutaten | 1 - 2 Portionen

200 g	Sauermilchkäse z.B. Nieheimer Käse oder Harzer Käse
1 Tasse	Milch
25 g	Butter
	Schnittlauch zum garnieren
	1 - 2 Weckgläser

Zubereitungszeit: 20 Min.

Zubereitung:

- Käse in kleine Stücke oder Würfel schneiden.
- Milch in einem Topf bei niedriger Hitze erwärmen. Ideal ist es, wenn man den Topf zum Erwärmen in ein Wasserbad stellt, damit die Milch nicht anbrennt.
- Käse und Butter in der warmen Milch unter ständigem Rühren auflösen.
- Wenn sich der Käse vollständig aufgelöst hat in die Weckgläser abfüllen und abkühlen lassen.
- Der Käse schmeckt zu einem kräftigen Bauernrot nach Wunsch mit frischem Schnittlauch garniert. Guten Appetit!

Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von ca. 100 g:

Nährwertabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
145 kcal	7,3 g	1,9 g	17,4 g	116145 mg