

Mediterraner Käsedip

als Füllung, Dip oder Aufstrich

Zutaten | 10 Portionen

200 g	Hirtenkäse
200 g	Frischkäse
30 g	Paprika
1	kleine Zwiebel
¼ Bund	Schnittlauch
	Pfeffer, Salz, Paprikagewürz
Mediterrane Zutaten:	
1	Knoblauchzehe, gepresst
	Rosmarien, Oregano, Thymian o.ä. nach Geschmack, klein gehackt

Zubereitungszeit: 10 Min.

Zubereitung:

- Feta mit einer Gabel zerdrücken.
- Frischkäse dazugeben und beides miteinander verrühren.
- Paprika und geschälte Zwiebel waschen, fein würfeln und dazugeben.
- Schnittlauch fein schneiden und unter die Frischkäsemasse rühren.
- Mit Pfeffer, Salz und Paprikagewürz würzen.

Tipp:

Als Füllung für ausgehüllte Cherrytomaten, auf Gurkenscheiben, in einem Schälchen oder auf runden Pumpernickeln bzw. Brot anrichten und garnieren.

Für den mediterranen Geschmack noch Knoblauch ergänzen und je nach Geschmack mit Rosmarien, Oregano, Thymian o.ä. abschmecken

Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von 54 g:

Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
100 kcal	8,18 g	1,16 g	5,26 g	70 mg

