

Lachs-Dip

Zutaten | 1 Portion

200 g	Frischkäse
1 EL	Senf
1 EL	Honig
2	Lauchzwiebeln
200 g	Räucherlachs
2 EL	Dill
	Salz, Pfeffer

Zubereitungszeit: 10 Min.

Zubereitung:

- Den Räucherlachs in feine Streifen schneiden.
- Dill waschen, trocken schütteln und fein hacken.
- Lauchzwiebeln waschen und in feine Ringe schneiden.
- Frischkäse, Senf und Honig in eine Schüssel geben und glatt rühren.
- Räucherlachs, Lauchzwiebeln und Dill dazugeben und unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Tipp:

Dem Dip etwas Meerrettich hinzufügen.

Nährwertangaben können je nach Größe und Gewicht der Lebensmittel variieren.
Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von 100 g:

Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
278,7 kcal	21,8 g	3,2 g	17,2 g	49,5 mg