

Laugenkranz mit Käse

Zutaten | 6-8 Portionen

8	Laugengstangen TK
	Frischkäsedip nach Wahl, z.B. Curry-Datteldip oder Paprika-Frischkäsedip
200 g	Gouda
200 g	Bergkäse
½	Schlangengurke
1	Möhre
5	Kirschtomaten
100 g	Weintrauben
50 g	Walnüsse
	Frische Kräuter z.B. Rosmarin, Thymian, Basilikum für die Dekoration

Zubereitungszeit: 40 Min.; Backzeit: 15 Min.

Zubereitung:

- Laugengstangen antauen lassen und in ca. drei fingerbreite Stücke schneiden.
- Anschließend das Laugengebäck in zwei Kreisen auf dem mit Backpapier ausgelegten Backblech anordnen - einen etwas größeren Außenkreis und einen kleineren Innenkreis. Die Stücke mit etwas Abstand zueinander platzieren. Sie werden beim Backen noch aufgehen und zu einem Kranz „zusammenwachsen“.
- Das kranzförmig angeordnete Laugengebäck mit etwas Wasser anfeuchten, mit Salz bestreuen und für ca. 15 – 16 Minuten bei 220°C Ober-/Unterhitze in Ofen backen.
- Laugenkranz abkühlen lassen und auf einem großen Teller oder einer Platte legen.
- Frischkäsedip in einem Glas oder einer Schale in der Mitte des Kranzes platzieren.
- Käse von der Rinde befreien und in Streifen schneiden.
- Gemüse und Obst waschen. Gurke und Möhre in Sticks schneiden.
- Käse- und Gemüsesticks, Kirschtomaten, Weintrauben und Nüsse um den Frischkäsedip im Kranzinneren anordnen und alles mit Kräutern dekorieren.

Tipp:

Zum Dippen gerne Obst- und Gemüse der Saison oder auch Reste verwenden wie zum Beispiel Paprika, Stangensellerie, Chicorée, Feigen, Aprikosen, Brombeeren, verschiedenen Hartkäsereste etc. Auch eingelegtes Gemüse aus dem Glas wie eingelegte Tomaten oder kleine Maiskolben sehen nicht nur schön aus sondern schmecken auch prima dazu.

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

Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
276 kcal	10 g	33,6 g	13 g	238 mg