

Hirtenkäsecreme mit Frischkäse

Zutaten | 4 Portionen

200 g	Hirtenkäse
200 g	Frischkäse
2 EL	Griechischer Joghurt
1	Knoblauchzehe
2 EL	Olivenöl, plus etwas zum Beträufeln
1 TL	Zitronensaft
	Frisch gemahlener Pfeffer
	Chiliflocken und frische Petersilie nach Belieben

Zubereitungszeit: 10 Min.

- Den Hirtenkäse grob zerbröseln.
- Zusammen mit Frischkäse, Joghurt, Knoblauch, Olivenöl, Zitronensaft sowie den Kräutern in einen Mixer oder eine Schüssel geben.
- Alles fein pürieren oder mit einer Gabel cremig verrühren, bis eine glatte Masse entsteht.
- Mit Pfeffer abschmecken. Wer es etwas würziger mag, gibt noch Chiliflocken hinzu.
- Die Hirtenkäsecreme in eine Schale füllen, mit etwas Olivenöl beträufeln und nach Wunsch mit Petersilie garnieren.

Tipp:

Besonders lecker schmeckt die Creme, wenn sie vor dem Servieren etwa 30 Minuten im Kühlschrank durchziehen darf. Passt hervorragend zu gegrilltem Gemüse, Fleisch oder als Brotaufstrich. Für eine frische Variante können gehackte Kräuter wie Schnittlauch oder Dill untergerührt werden.

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

Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
250 kcal	26 g	3,1 g	9,6 g	250 mg