

Meerrettich-Quark-Dip



Zutaten für 4 Portionen



1/4 Bund Petersilie



100 g Joghurt (1,5 % Fett)



250 g Magerquark



1 EL Tafelmeerrettich
(aus dem Glas)



1 EL Olivenöl



etwas Jodsalz mit Fluorid
etwas Pfeffer

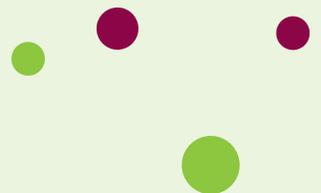


Küchenwerkzeuge ⌚ Zeit 5 min

- Küchenmesser
- Eszlöffel
- Schneidebretter
- Schale

* Variation

Schmeckt auch mit anderen
Kräutern.



www.in-form.de
www.diekuechenpartie.de

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Meerrettich-Quark-Dip



Zubereitung für 4 Personen

- 1** Petersilie waschen, trockenschütteln und klein hacken.
- 2** Joghurt, Quark, Meerrettich, Öl und die Petersilie (bis auf 1 TL) miteinander verrühren.
- 3** Mit Salz und Pfeffer würzen und mit restlicher Petersilie garnieren.



Tipps + Tricks

- Natürlich kann auch die frische Meerrettichwurzel verwendet werden.
- Das typische Aroma des Meerrettichs entfaltet sich erst beim Schneiden und Reiben. Im Gemüsefach des Kühlschranks kann die Wurzel problemlos bis zu einem Monat gelagert werden.



Eigene Notizen

zusammen**lecker**kochen

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages