



Cremiger Rucola-Dip

Zubereitung

1 Rucola waschen, trocken-schütteln und – bis auf ei-nen Teil zum Garnieren – grob hacken.

2 Rucola, Frischkäse und Oli-venöl mit dem Pürierstab gut durchmixen. Schmand

unterrühren.

3 Dip mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken und mit restlichem Rucola gar-nieren.

Zutaten

100 g Rucola
200 g Frischkäse mit Kräutern
3 EL Olivenöl
200 g Schmand
Salz
Pfeffer
Zucker



EW	F	KH	kcal/kJ
7 g	18 g	4 g	199/837