



Möhren mit Paprika-Käse Dip



Zutaten für 2 Portionen

8 mittelgroße Möhren
125 Gramm Doppelrahm-Frischkäse
100 Gramm Sahnejoghurt
2 kleine Gewürzgurken
1 kleine Zwiebel
2 Knoblauchzehen
50 Gramm Paprikamark aus dem Glas
(mild oder scharf)
Salz
frischgemahlener Pfeffer

Zubereitung

Die Möhren putzen und der Länge nach in Stifte teilen.

Frischkäse und Joghurt und Paprikapaste verrühren. Die Zwiebel sehr fein schneiden. Die Gewürzgurken würfeln. Die Knoblauchzehen abziehen und pressen. Alles miteinander verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Tipp: Zum Kaloriensparen Frischkäse und Sahnejoghurt gegen fettarme Varianten austauschen.