

Snack-Gläser



ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

- 2 ERNTEKRONE Karotten
- 1 ERNTEKRONE Paprika
- ½ ERNTEKRONE Gurke
-
- 1 Becher CREMISÉE
Körniger Frischkäse
- ½ BIO SONNE Zitrone
- ¼ Bund BIO SONNE Schnittlauch
- 1 Prise COOK! Pfeffer
- 1 Prise Salz
-
- 1 Glas BIO SONNE Streichcreme Linse
- 1 TL COOK! Paprikapulver
- 1 TL Senf
- 1 Spritzer Essig (nach Wahl)
-
- 1 ERNTEKRONE Frühlingszwiebel
- 1 ERNTEKRONE Avocado
- ½ BIO SONNE Zitrone
- 1 Prise Salz
- 1 Prise COOK! Chili

ZUBEREITUNG:

1. Das Gemüse putzen und in mundgerechte Sticks schneiden.
2. Für den ersten Dip den körnigen Frischkäse mit Salz, Pfeffer, fein gehacktem Schnittlauch sowie dem Saft und Abrieb der Zitrone verfeinern.
3. Für den zweiten Dip die Streichcreme mit Senf, Essig und Paprikapulver verfeinern.
4. Und zu guter Letzt die Avocado von Kern und Schale befreien, um das Fruchtfleisch mit Zitronensaft, Salz und Chili mit einer Gabel oder im Mixer zu zerkleinern.
5. Dann die Frühlingszwiebel in feine Ringe schneiden und unterheben.
6. Die drei verschiedenen Dips auf Gläser verteilen und diese mit verschiedenen Gemüse-sticks befüllen.

