

Rezept

Bärlauch-Schafkäse-Dip

Ein Rezept von Bärlauch-Schafkäse-Dip, am 09.06.2026

Zutaten

6 Blatt Bärlauch	1 Bio-Zitrone
200 g cremiger Schafkäse (Feta)	100 g saure Sahne
1 hart gekochtes Ei	Salz
Pfeffer	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 160 kcal

Zubereitung

1. Den Bärlauch waschen, trockentupfen und fein hacken. Die Zitrone heiß waschen und abtrocknen, die Schale abreiben und den Saft auspressen.

2. Den Feta mit einer Gabel zerdrücken und mit der sauren Sahne, der Zitronenschale und dem Bärlauch verrühren. Das Ei pellen, hacken und unter den Dip rühren. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.