

Rezept

Frischkäse-Bärlauch-Dip

Ein Rezept von Frischkäse-Bärlauch-Dip, am 09.06.2026

Zutaten

100 g Fetakäse	100 g Doppelrahmfrischkäse
1 EL TK-Bärlauch (ersatzweise Petersilie, Schnittlauch, Basilikum)	3 EL Olivenöl
Salz	1 EL Honig
	Pfeffer

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 415 kcal, 37 g F, 11 g EW, 9 g KH

Zubereitung

1. Den Fetakäse grob in einen Mixbecher bröseln. Frischkäse, Bärlauch, Olivenöl und Honig zugeben und alles mit dem Pürierstab cremig mixen.

2. Den Dip behutsam mit Salz und Pfeffer abschmecken. Sofort servieren oder zum Aufbewahren in ein Schraubglas füllen. Im Kühlschrank gelagert ist der Dip ca. 2 Tage haltbar.