

Rezept

## Frischkäse-Rucola-Dip

Ein Rezept von Frischkäse-Rucola-Dip, am 09.06.2026

### Zutaten

**100 g** Frischkäse

1/2 Bund Rucola

Salz

**75 g** Joghurt

**1** Frühlingszwiebel

Pfeffer

### Rezeptinfos

**Portionsgröße** FÜR 2 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 95 kcal

### Zubereitung

1. Den Frischkäse und den Joghurt in einer kleinen Schüssel gut miteinander verrühren.

---

2. Rucola verlesen und die groben Stiele entfernen. Die Blätter waschen, trocken schleudern und fein hacken. Die Frühlingszwiebel putzen, waschen, in feine Ringe schneiden und mit dem Rucola zum Frischkäse geben.

---

3. Alles gründlich miteinander vermengen und den Dip mit Salz und Pfeffer abschmecken.