

## Rezept

# Friskäse-Bärlauch-Dip

Ein Rezept von Friskäse-Bärlauch-Dip, am 15.12.2025

## Zutaten

**100 g** Fetakäse

**1 EL** TK-Bärlauch (ersatzweise Petersilie,  
Schnittlauch, Basilikum)

Salz

**100 g** Doppelrahmfrischkäse

**3 EL** Olivenöl

**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. Friskäse, 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.