Rezept

Möhren-Meerrettich-Frischkäse

Ein Rezept von Möhren-Meerrettich-Frischkäse, am 24.04.2024

Zutaten

- **1** mittelgroße Möhre
- **2 TL** geriebener Meerrettich (aus dem Glas)
- Pfeffer
- **200 g** Frischkäse (max. 16 % Fett absolut)
- **1 EL** frisch gepresster Zitronensaft
- Salz
- **1 TL** TK-Dill

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 220 kcal

Zubereitung

1. Die Möhre putzen, schälen und auf der Gemüsereibe fein raspeln. Die Möhrenraspel in einer Schüssel mit dem Zitronensaft, dem Meerrettich sowie Salz und Pfeffer abschmecken.

---

2. Die Möhrenmischung mit dem Dill und dem Frischkäse gründlich verrühren, nochmals abschmecken und servieren. Der Aufstrich schmeckt gut auf einem der Eiweißbrote ab Seite 60 oder als Dip, z. B. zu Gemüsesticks oder zu den Herzhaften Käse-Puffern auf Seite 84.