

Rezept

## Rote-Bete-Dip

Ein Rezept von Rote-Bete-Dip, am 21.06.2025

### Zutaten

<b>250 g</b> gegarte Rote Bete (vakuumverpackt)	<b>80 g</b> Schafskäse light (Feta; 9 % Fett)
<b>1</b> kleine Knoblauchzehe	<b>5 Stängel</b> Dill
<b>1 EL</b> Olivenöl	<b>1,5 EL</b> Arak (arab. Anisbranntwein, ersatzweise Ouzo oder Pernod; nach Belieben)
<b>½ TL</b> gemahlener Kreuzkümmel	<b>1 Msp.</b> Chilipulver
Salz	Pfeffer
<b>2 Spritzer</b> Zitronensaft	<b>1 Msp.</b> Honig

### Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 285 kcal, 10 g F, 11 g EW, 20 g KH

### Zubereitung

1. Die Roten Beten in Würfel schneiden und mit dem zerbröckelten Schafskäse in einen hohen Rührbecher geben. Den Knoblauch schälen, würfeln und dazugeben. Den Dill waschen und trocken schütteln, fein hacken und etwa ein Drittel davon beiseitelegen (am besten die feinen Spitzen). Den Dill mit Roten Beten, Knoblauch, Schafskäse, Öl und nach Belieben Arak mit dem Pürierstab cremig pürieren.
2. Den Dip mit Kreuzkümmel, Chilipulver, Salz, Pfeffer, Zitronensaft und Honig würzen. Vor dem Servieren den restlichen Dill unterrühren und nach Belieben etwas davon als Deko daraufstreuen. Den Rote-Bete-Dip mit Brot und / oder Rohkostgemüse servieren.