

Tomaten-Frischkäse-Dip

Zutaten (für 4 Personen):

- 3 getrocknete Tomaten
- 200 g fettarmer Frischkäse
- 100 g Quark
- 2 TL Tomatenmark
- Salz
- Pfeffer
- 1,5 EL (TK) italienische Kräuter
- 1 Prise Zucker

Die getrockneten Tomaten fein hacken. Frischkäse und Quark mit dem Tomatenmark cremig rühren. Die Tomaten hinzufügen, mit den Kräutern vermengen und mit den Gewürzen abschmecken.

Sendung/Quelle: Die Ernährungs-Docs

Sendetermin: 25.09.2023

Koch/Köchin:

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen