



Bärlauchaufstrich

Zutaten für den Bärlauchaufstrich:

60 g frischer Bärlauch
200 g Creme fraiche
80 g Topfen
80 g Naturjoghurt
1 TL Essig
1 EL Senf
Salz und Pfeffer

Der Bärlauch wird gewaschen, getrocknet und klein gehackt, oder im Multizerkleinerer zerkleinert. Aus Creme fraiche, Topfen und Joghurt eine sämige Creme rühren. Mit Essig, Senf, Salz und Pfeffer geschmacklich verfeinern.

Den Bärlauch unterheben und gut durchrühren.

Der Bärlauchaufstrich hält ein paar Tage im Kühlschrank und gewinnt durch die Lagerung an zusätzlicher Schärfe.

TIPP: Man kann den Bärlauchaufstrich auch wunderbar zum Dippen von Gemüsesticks verwenden.

