Sana Dreifaltigkeits-
Krankenhaus Köln

Quark-Dip mit Ajvar

Rezept für ca. 400 g Dip / 4 Personen

Zubereitungszeit: 10 Minuten

250 g Magerquark	Den Quark, Skyr, o.ä. in einer kleinen Schüssel mit
100 g Ajvar (Paprikapaste)	glattrühren.
(1 Knoblauchzehen)	(nach Geschmack dazu pressen). Mit
etwas Weinessig	+
jodiertes Salz, Pfeffer, Chili	+
2 EL Kapern	halbieren oder hacken - alles verrühren und abschmecken.

Tipp:

- passt gut zu den Kidneybohnen-Bällchen, als BBQ-Dip, zu Rohkost oder Brot.
- Je nach Geschmack mildes oder pikantes Ajvar verwenden

Sana Dreifaltigkeits-Krankenhaus Köln GmbH | Aachener Straße 445-449 | 50933 Köln
Tel.: 0221 94071-0 | Fax: 0221 409552 | E-Mail: info-koeln@sana.de | Internet: www.sana.de/koeln
Geschäftsführerin: Hannah Kador
Sitz der Gesellschaft: Köln
Registergericht: Köln HRB 7404 | USt-IdNr.: DE 129455223 | Steuer-Nr.: 22359182261