

# Karottenaufstrich

Rezept für 10 Portionen

Dauer: ca. 10 Minuten

## Zutaten:

Zutat	Menge
Sauerrahm / saure Sahne	20 Dekagramm
Magertopfen / Magerquark	25 Dekagramm
Karotten / Möhren	20 Dekagramm
Knoblauchzehen	1 Stk.
Salz	Etwas / nach Bedarf
Schwarzer Pfeffer	Etwas / nach Bedarf

## Zubereitung:

Karotten waschen und schälen, fein raspeln

Topfen mit Sauerrahm und den Karotten vermengen, würzen und abschmecken

Passt bestens zum Tippen mit Gemüsestreifen. TIPP:

Weitere leckere Aufstriche mit Bildern findest du in unserer Diashow für Aufstriche!

Gutes Gelingen wünscht



Link zu diesem Rezept: <http://www.koch-idee.at/Rezept-1323-Karottenaufstrich.html>

Mehr leckere Koch-Ideen zum Nachkochen gibts auf [www.koch-idee.at](http://www.koch-idee.at)