



Lieblingsrezept
AROMATISCH & LECKER

weitere
Rezepte:



BUNTER GEMÜSE-ZUG

PORTIONEN: 1

ZUBEREITUNGSZEIT: 15-20 MIN

KOCHZEIT: 00 MIN

ZUTATEN:

8 Paprikas
(verschiedene Farben)
2 Möhren
2-3 Minigurken
Zahnstocher
Petersilie
Schnittlauch

Für den Dip:
Kräuterquark,
sahniger Frischkäse,
Salz, Pfeffer, frische
Kräuter
1 Dipschüssel

ZUBEREITUNG:

1. 4 Paprikas waschen, oben ca. 1/3 als Öffnung des Wagons abschneiden und die Kerne im Inneren entfernen. Die restlichen 4 Paprikas nach dem Waschen und Entkernen in Sticks schneiden.
2. Minigurken waschen und aus zwei von ihnen den Zug schneiden. Gurkenscheiben mit halben Zahnstochern als Räder am Zug und den Paprikawagons befestigen.
3. Möhren waschen und schälen, danach den Zug dekorieren und mit den restlichen Paprikasticks in die Wagons füllen, den Rest der Minigurke ebenfalls.
4. Etwas von den frischen Kräutern waschen, trocken schütteln und klein hacken.
5. Dip vorbereiten: Kräuterquark und Frischkäse mit den gehackten Kräutern vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
6. Dip in die Dipschüssel füllen, mit Petersilie garnieren und auf dem Teller platzieren.

WIR WÜNSCHEN: GUTEN APPETIT!

www.Gartenbauzentrale.de

GBZ
PAPENBURG