

Dip für Spargeln

Die Rezepte können als mögliche Einkaufsvorlage dienen und sind für geübte Köche als Gedankenstütze formuliert.

Sauce

Deutscher Raum

Vorbereitung

Kochzeit

Menge für

Zutaten für Einkaufsliste

Pos.	Menge	Einheit	Zutaten
------	-------	---------	---------

Zutaten

1	1	Prise	Koriandersamen, gemahlen
2	1	Teelöffel	Balsamicoessig
3	1	Prise	Salz
4	2	Esslöffel	Humus
5	1	Esslöffel	Meerrettich
6	4	Esslöffel	Olivenöl
7	2	Esslöffel	Mayonnaise
8	1	Stück	Knoblauch
9	1	Esslöffel	Kapern
10	60	Gramm	Naturjoghurt

Anleitung Zubereitung

1	Alle Zutaten in den Mixer und gut pürieren (ausser Kapern)
2	Abschmecken mit Salz, gemahlene Koriandersamen
3	Kapern fein hacken und dazumischen