



Ein Quark - 3 Dips

Aus GASTRO Kräuterquark im Handumdrehen 3 cremige Dips zu Fleisch, Fisch und Gemüse zaubern.

Rezept-Tipps von GASTRO:
schnell, raffiniert
und einfach köstlich.

Produkte, Infos und Ideen:
www.gastro-foodservice.de



GASTRO

Vielfalt aus
Milch

Ein Quark – 3 Dips

Zubereitung

1. **Dip Chili-Paprika:** 300 g GASTRO Kräuterquark mit Chili- und Paprikawürfeln sowie Paprikapulver vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
2. **Dip Zaziki Art:** Gurke halbieren, Kerne auskratzen und raspeln. Leicht salzen und ca. 1 Stunde auswässern lassen. Anschließend gut ausdrücken. 3 EL Olivenöl tröpfchenweise mit einem Kochlöffel in 300 g GASTRO Kräuterquark schlagen. 1 Knoblauchzehe, Gurke und Dill zugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. **Dip Mediterran:** Getrocknete Tomaten und Oliven in dünne Streifen schneiden. 300 g GASTRO Kräuterquark mit 1 EL Olivenöl verrühren. 1/2 Knoblauchzehe und Rosmarin unterheben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Ohne **K**ennzeichnungspflicht
auf **S**peisekarten.

Das ganze Sortiment unter: www.gastro-foodservice.de

Zutaten

- 900 g GASTRO Kräuterquark
- 1 cm Chili, fein gewürfelt
- 1/2 rote Paprika, gewürfelt
- 1 TL Paprikapulver, rosenscharf
- 1/2 Salatgurke
- 4 EL Olivenöl
- 1 1/2 Knoblauchzehen, fein gewürfelt
- 1 Bund Dill, gehackt
- 40 g getrocknete Tomaten
- 40 g schwarze Oliven, entsteint
- 1 Zweig Rosmarin, fein gehackt
- Salz/Pfeffer aus der Mühle

Nährwerte pro Portion (135 g)

kJ	kcal	Eiweiß	Fett	Kohlenhydrate
747	179	8,0 g	13,1 g	7,0 g

GASTRO