



Cremiger Feta-Dip

Zutaten

- 1 Knoblauchzehe(n)
- 3 Slightly heaped teaspoons Thymian
- 150 g Fetakäse
- 150 g Naturjoghurt, 1,5% Fett
- 150 g Schmand
- etwas Salz
- etwas Pfeffer

Zubereitung

1. Knoblauchzehe schälen und durchpressen. Thymianzweige waschen, trocken schütteln, Blättchen abzupfen und fein hacken.
2. Feta-Käse zerbröseln. Mit Joghurt und Schmand verrühren.
3. Knoblauch und Thymian zufügen und nach Belieben mit Salz und Pfeffer abschmecken. Dazu schmecken Gemüsesticks oder Brot.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	3 g
Energie	137 kcal
Fett	11 g
Protein	6 g

🕒 10 Minuten

⊕ 6 Portionen