



Vegetarische
Ernährung

Kräuter Dipp

Zutaten (für 100 Portionen)	Menge
Speisequark 20% Fett	2,5 kg
764988 Schmant	750 g
3223 Milch 3,5% Fett	1 l
Kräutermischung frisch, gehackt	200 g
Zitronensaft	20 ml
955935 Mega Fondor (Maggi)	50 g
205993 Würz-Flüssige Knoblauch	25 ml
206006 Würz-Flüssige Zwiebel	50 ml
Weißer Pfeffer, gemahlen	2 g

Zubereitung

Quark, Schmant und Milch miteinander glatt rühren und die Kräuter hinzufügen. Mit Zitronensaft, Mega Fondor und die Würz-Flüssigen Knoblauch und die Würz-Flüssigen Zwiebel sowie Pfeffer abschmecken.

1 Portion 50 g.

Nährwerte (pro Portion)	
Energie	233 kJ/ 56 Kcal
Eiweiß	3,4 g
Fett	3,7 g
Kohlenhydrate	2 g