

Frischkäse mit Paprika-Zucchini-Gemüse



Zubereitung

- 1** Frischkäse glatt rühren. Gemüse waschen, putzen und in sehr feine Würfel schneiden.
- 2** Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen, das Gemüse zugeben und kurz garen. Abkühlen lassen.
- 3** 8 Esslöffel des Gemüses und die Frischkäsecreme miteinander verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 4** Basilikum in feine Streifen schneiden und gemeinsam mit dem restlichen Gemüse über die Frischkäsecreme streuen.



Zutaten

- 100 g Frischkäse, Halbfettstufe (evtl. laktosefrei)
- Jodsalz, Pfeffer und frischer Basilikum
- 40 g rote Gemüsepaprika
- 20 g Zucchini
- 20 g Staudensellerie
- 10 g Olivenöl



2 Personen