



KRÄUTER-HÜTTENKÄSE-AUFSTRICH

ZUTATEN (für 2 Portionen)

400 g	Hüttenkäse
½	Gurke
½ Bund	Schnittlauch
½ Bund	Dill
1 Prise	Salz, Pfeffer
etwas	Olivenöl

ZUBEREITUNG

1. Gurke kleinraspeln und mit dem Hüttenkäse vermengen.
2. Kräuter (Schnittlauch, Dill) dazugeben.
3. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und etwas Olivenöl hinzufügen.

Nährwertangaben

Energiewert	264 kcal/1109 kj	
	<i>Menge</i>	<i>Rel.</i>
Eiweiß	25,0 g	38 %
Fett	14 g	48 %
Kohlenhydrate	8 g	13 %
Ballaststoffe gesamt	1,5 g	1 %