Artischocken-Spinat Dip

Der Artischocken-Spinat Dip ist ein wunderbarer Aufstrich. Das Rezept mit Käse passt zu Weißbrot, Chips oder Nachos.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 10 min

Gesamtzeit: 10 min



Zutaten

150 g	Spinat (TK aufgetaut)
150 g	Artischocken (eingelegt, abgetropft)
250 g	Sauerrahm
3 EL	Naturjoghurt
1 Stk.	Knoblauchzehe
1 Stk.	Jungzwiebel (klein)
Nach Belieben	Salz und Pfeffer
1 EL	Zitronensaft
4 EL	Parmesan (gerieben)
4 EL	Mozzarella (gerieben)

Zubereitung

1. Für den **Artischocken-Spinat Dip** den Spinat zuerst auftauen lassen, ausdrücken und in eine Schüssel geben.

2. Den Zwiebel und Knoblauch schälen und fein hacken. Die Artischockenherzen abtropfen lassen, und zusammen mit dem Sauerrahm, Joghurt, Zitronensaft, Zwiebel und Knoblauch mit dem Spinat verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit dem Mixstab pürieren.

3. Den gerieben Parmesan und Mozzarella unterheben.

Tipp