Rote Rüben Dip

Der Rote Rüben Dip ist eine wunderbare Vorspeise. Ein Rezept für einen Brotaufstrich oder als Dip zu Rohkost.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 10 min

Koch/Backzeit: 50 min

Gesamtzeit: 60 min

Zutaten

200 g	Rote Rüben
1 Stk.	Lorbeerblatt
	Salz und Pfeffer
1 Stk.	Apfel (säuerlich)
4 Zweige	Dill
3 EL	Sherryessig
1 TL	Honig
3 TL	Kren (frisch gerieben)
3 EL	Magerjoghurt

Zubereitung

1. Für den **Rote Rüben Dip** Salzwasser in einem Kochtopf erhitzen und die Roten Rüben mit Lorbeerblatt zirka 50 Minuten weich kochen. Mit kaltem Wasser abschrecken, abtropfen lassen und mit Küchenhandschuhe schälen und würfelig schneiden.

2. Den Apfel schälen, vierteln, Kerngehäuse entfernen und zerschneiden. Die Dill Kräuter fein hacken und den Kren reiben.

3. Die Apfelstücke, Rote Rüben, Essig, Honig, Kren, Dill und Magerjoghurt in einen Küchenmixer geben und fein mixen. Mit Salz und Pfeffer würzen, in eine Schale anrichten und abgedeckt vor dem Servieren im Kühlschrank kühl stellen.

Tipp