ERSTELLT VON
LastGroove

ON
02.03.2013

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

Dips



Dips sind ein schneller, leckerer, gesunder und ansprechender Snack, den man ganz einfach gemeinsam mit einer Gruppe von YS zubereiten kann. Bei der Zubereitung von Dips und den dazugehörigen Soßen gibt es praktisch keine Regeln, sodass Kreativität und individueller Geschmack gefragt sind. Das Zubereiten (und Essen) von Dips kann für dich und deine Gruppe ein großer Spaß sein.

Zutaten

- rohes Gemüse (empfehlenswert sind: Möhren, grüne Gurken, Blumenkohl, rote Paprika) oder Chips/Nachos
- Dip-Sauce

Rezept

Das Gemüse in lange Streifen schneiden (den Blumenkohl in kleine Röschen zerteilen).

Die Dip-Saucen anrühren.

Die Dips in Schälchen füllen. Das Gemüse daneben anrichten. Guten Appetit!

Knoblauchsauce

Zutaten:

- ein Glas Mayonnaise
- eine Knoblauchknolle
- Salz und Pfeffer nach Geschmack

Alle Zutaten vermischen. Mindestens 30 Minuten ruhen lassen.

Quark-Schnittlauch-Soße

Zutaten:

- ein Würfel Quark
- Schnittlauch
- etwas Joghurt
- Salz und Pfeffer nach Geschmack

Alle Zutaten vermischen. Im Kühlschrank aufbewahren.

Curry-Soße

Zutaten:

- 1 Zwiebel
- 1 Apfel
- Currygewürz
- Joghurt (am besten dickflüssig)

Zubereitung:

- Zwiebel und Apfel in einer Pfanne anbraten, bis sie weich sind (aber nicht braun)
- 2 Esslöffel Currygewürz hinzufügen und umrühren
- Die Mischung in der Pfanne mit dem Mixer pürieren
- Füge Joghurt hinzu, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist

Die Currysoße schmeckt am besten warm serviert

Tomatensauce

Zutaten:

- Zwiebeln
- Tomatenstücke aus der Dose
- frisches Basilikum
- frisches Oregano
- Salz und Pfeffer nach Geschmack

Zubereitung:

- Die Zwiebel in einem Topf oder in einer Pfanne anbraten, bis sie weich ist.
- Gib die Tomaten aus der Dose zu den Zwiebeln und bringe das Ganze zum Kochen.
- Wenn du möchtest, mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- Schalte den Herd aus und püriere alle Zutaten mit einem Mixer.

- Solange die Masse noch warm ist, füge frische Kräuter hinzu und verrühre alles.

Weitere Informationen

Categories
Spiele und Aktivitäten

Tags
Rezept

Alter
Keine Daten verfügbar.

Anzahl Teilnehmer
1–20
20–30

Bibel
Diese Information fehlt.

Material
Fast mühelos

Dateidownload
Keine Dateidownloads

KI Generierter Inhalt
Contents
Categories
Tags
Alter
Anzahl Teilnehmer
Bibel
Material

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/de/wiki/art/dips