

DIP · 03

Quar(C) Bliss

Ein cremiger Quark-Dip mit frischen Kräutern – mein liebster Snack an Pack C Tagen, wenn ich etwas Herzhaftes zwischen den Mahlzeiten brauche.

ZUTATEN

- 250 g Quark (oder pflanzliche Alternative)
- 1 EL Olivenöl
- frische Kräuter (Schnittlauch, Petersilie, Dill)
- Saft einer halben Zitrone
- Salz & Pfeffer
- 1 RINGANA Pack C cleansing

ZUBEREITUNG

- 1 Kräuter fein hacken.
- 2 Quark mit Olivenöl, Zitronensaft und Kräutern glatt verrühren.
- 3 Pack C cleansing einrühren.
- 4 Mit Salz und Pfeffer abschmecken und kalt stellen.

Ergibt 2 Portionen · ca. 10 Minuten

MEIN TIPP

An Pack C Tagen ist dieser Dip mein herzhafter kleiner Snack, wenn ich zwischendurch etwas Sättigendes brauche.