

Green Goddess Dip

Lecker



ZUBEREITUNG

Avocados halbieren, Kern entfernen und Fruchtfleisch mit einem Löffel auslösen. Wurzeln der Frühlingszwiebeln abschneiden und die Zwiebeln in 2 cm lange Stücke schneiden. Knoblauchzehen abziehen und fein hacken. Zitrone abreiben, halbieren und auspressen.

Alle Zutaten, außer den Zitronensaft, Salz und Pfeffer in ein Gefäß geben und mit dem Pürierstab zu einem cremigen Dip zerkleinern. Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken und etwa 1 Stunde durchziehen lassen.

TIPP

Mit dem Green Goddess Dip lässt sich auch ein köstliches Sandwich aus Baguette oder Sauerteigbrot bestreichen, das man noch zusätzlich mit knackigen Romanasalatblättern, Mozzarellascheiben und Avocado belegen kann. Der Dip lässt sich außerdem wie ein köstliches Pesto verwenden.

ZUTATEN

2 Avocados
50 g frischer Blattspinat oder Feldsalat
2 Frühlingszwiebeln
2 Knoblauchzehen
2 Bund frische Kräuter, zum Beispiel Petersilie, Kerbel oder Basilikum
1 Bund Schnittlauch
1/2 Bio-Zitrone
60 g Cashewkerne
50 g Sour Cream
Salz
schwarzer Pfeffer

zum Servieren optional:
Gemügesticks, Brotchips oder Cracker

UTENSILIEN

Schneidebrett, Messer, Zitruspresse, Pürierstab, hohes Rührgefäß oder Schüssel