

SalaRico mit dreierlei Dips



Zutaten für 4 Personen

1 Mini Romanasalat
 1 SalaRico
 1 Gurke
 8 Carotinchen (Möhren)

Ingwer-Chili-Dip:

1 cm Ingwer
 1 rote Chilischote
 1 EL Limettensaft
 200g Sauerrahm
 1 TL Ahornsirup Salz
 Pfeffer aus der Mühle

Gazpacho-Dip:

200g Paprikaschoten, rot/gelb
 200g Gurke
 1 Zwiebel
 1 Knoblauchzehe
 100ml Tomatensaft
 1 TL Essig
 2 EL Olivenöl
 Zucker
 Salz
 Pfeffer aus der Mühle

Gorgonzola-Honig-Dip:

200g Gorgonzola
 100g Joghurt
 1 EL Apfelessig
 1 EL Honig
 Salz
 Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

Salat und Gemüse zum Dippen vorbereiten: Mini Romanasalat und SalaRico putzen, in einzelne Blätter teilen, waschen und trockenschleudern. Die Gurke waschen, halbieren und in Stifte schneiden. Die Carotinchen schälen und ebenfalls in Stifte schneiden. Für den Chili-Dip die Chilischote halbieren und die Kerne entfernen. Den Ingwer schälen. Beides in feine Streifen schneiden und sehr fein würfeln. Den Sauerrahm mit dem Limettensaft gut verrühren und mit Ahornsirup, Salz und Pfeffer feurig-pikant abschmecken. Für den Gazpacho-Dip die Paprikaschoten in feine Streifen schneiden und dann sehr fein würfeln. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und ebenfalls sehr fein würfeln. Die Gurke schälen, die Kerne entfernen, in Streifen schneiden, sehr



Rezepte aus der Behr Küche

fein würfeln und mit Paprika, Zwiebel und Knoblauch in eine Schüssel geben. Mit Tomatensaft, Essig und Öl vermengen und mit Zucker, Salz und Pfeffer kräftig abschmecken. Für den Gorgonzola-Honig-Dip den Gorgonzola in feine Würfel schneiden. Den Joghurt mit dem Apfelessig glatt rühren, den Gorgonzola untermengen und mit Honig, Salz und Pfeffer würzig-mild abschmecken. Das vorbereitete Gemüse dekorativ in Gläsern anrichten. Die drei Dips in Schälchen füllen und dazu reichen.