



Rezepte aus der Behr Küche

Gemügesticks mit veganem Sauerteigbrot Dip



Zutaten für 2 Personen

- ½ Bund Bundmöhren
 - 1 Salatgurke
 - ½ Fenchel
 - 3 Stangen Staudensellerie
 - ½ Bund Radieschen
 - 2-3 Scheiben Sauerteigbrot
 - 70 g Cashewkerne
 - 1 Knoblauchzehe
 - 80 ml frisch gepresster Zitronensaft
 - Abrieb einer halben unbehandelten Zitrone
 - 60 ml Olivenöl
 - Salz und Pfeffer nach Belieben
-

Zubereitung:

Je nach Größe des Brotes 2 bis 3 Scheiben in kaltem Wasser einweichen, nach etwa 5 bis 10 Minuten die Flüssigkeit ausdrücken und in einen Mixbecher bröseln.

Die Cashewkerne leicht in einer Pfanne anrösten und abkühlen lassen. Die Knoblauchzehe fein hacken und mit den restlichen Zutaten zum Brot in den Mixbecher geben. Alles vermischen und nach Belieben mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gemüse putzen, in Stifte oder Stücke schneiden und mit dem Dip servieren.