



liaundliam.ch
 facebook.com/liaundliam
 pinterest.com/liaundliam
 twitter.com/liaundliam



Reuben Dip - Diese Vorspeise sollte nicht so gut schmecken wie sie es tut

Zubereitung	Kochen	Schwierigkeitsgrad	Menge
15 Minuten	30 Minuten	Einfach	6 Portionen

Zutaten und Zubereitung

Menge	Bezeichnung
100 g	Frischkäse mit Kräutern
230 g	Mayonnaise
150 ml	Thousand Island Dressing
230 g	Sauerkraut
90 g	Käse
	Brot oder Cracker

1. Backofen auf 200 °C vorheizen. Eine backfeste Schüssel mit Butter einfetten.
2. Mit einem Mixer den Frischkäse, die Mayonnaise und das Thousand Island Dressing vermischen.
3. Das Sauerkraut in einem Haushaltspapier fest ausdrücken, um die Feuchtigkeit zu entziehen. Anschliessend das Sauerkraut zusammen mit etwa $\frac{3}{4}$ des geriebenen Käses der Mischung begeben.
4. Die Mischung in der eingefetteten Form verteilen und den restlichen Käse darüber verteilen. Für 30 Minuten backen oder bis die Oberfläche leicht knusprig ist.

Kalorien	Fett	Kohlenhydrate	Protein
485 kcal	50 g	7 g	6 g