

Veganer Joghurt-Kräuter-Dip



Zutaten

200 g Sojajoghurt
2 Frühlingszwiebeln
1 EL Leinöl
1 TL Senf
1 Knoblauchzehe
Petersilie (ein paar Stängel)
Salz
frisch gemahlener Pfeffer
etwas Zitronensaft

Zubereitung

1. Soja Joghurt natur in eine Schüssel geben
2. Frühlingszwiebeln in dünne Ringe schneiden. Knoblauchzehe reiben/ kleinschneiden. Petersilie fein hacken.
3. Alle Zutaten mit dem Sojajoghurt mischen. Mit Salz, Pfeffer, Senf und Zitronensaft abschmecken.
4. Den fertigen Dip zu Gemüse, vegetarischen/veganen Frikadellen bzw. Bratlingen oder (Ofen-)Kartoffeln reichen.