KÜRBIS-KAROTTEN DIP MIT KICHERERBSEN

Selbstgemachte Weihnachtsgeschenke erfreuen eure Liebsten sicherliche sehr! Wie wär's heuer mit einem Kürbis-Karotten Dip mit Kichererbsen?

Zeitschätzung	Schwierigkeit	Ernährung
10 MIN	**SUPER EASY**	**VEGETARISCH**

ZUTATEN

Für 3 Gläser á 250 ml:

- 1 Packung Simply Good Kürbis & Karotten Gemüse
- 1 Glas Kirchererbsen
- 1 Knoblauchzehe
- 1 EL Zitronensaft
- 3 EL Olivenöl
- Salz & Pfeffer

ZUBEREITUNG

Und so gehts:

1

Kichererbsen abtropfen, Zitrone auspressen und Knoblauch schälen.

2

Kürbis & Karottengemüse kurz dünsten, bis das Gemüse weich ist.

3

Alle Zutaten pürieren, bis der Dip eine cremige Konistenz hat.

4

Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

© Delikatessa Lebensmittel-Handels- und Erzeugungs-Gesellschaft m.b.H., 2025. All rights reserved.

ERHÄLTLICH BEI: BILLA & BILLA PLUS ADEG Sutterlüty

5

In Gläser füllen, mit Olivenöl bedecken (so hält sich der Dip bis zu 10 Tage im Kühlschrank) und nach belieben dekorieren. Viel Freude beim Verschenken!

© Delikatessa Lebensmittel-Handels- und Erzeugungs-Gesellschaft m.b.H., 2025. All rights reserved.

ERHÄLTLICH BEI: