

# Dattel-Dip mit Knoblauch und Frühlingszwiebeln



## Zutaten

100 g Datteln  
1 Knoblauchzehe  
2 Frühlingszwiebeln  
1 TL Salz

1 TL Harissa  
1 TL Zitronensaft  
100 g Frischkäse  
300 g Quark

---

Datteln, Knoblauch und Frühlingszwiebeln kleinhacken und mit Salz, Harissa, Zitronensaft und Frischkäse ordentlich durchpürieren. Den Quark unter die Dattelmasse rühren, bis ein cremiger Dip entstanden ist. Den Dattel-Dip im Kühlschrank zwei, drei Stunden (oder über Nacht) durchziehen zu lassen.

Bei „feines gemüse“ entdeckt, zusammen gerührt und verkostet haben wir diesen Dattel-Dip, der sich hervorragend beim Grillen macht, perfekt zu gegrillten Kartoffeln oder Gemüsesticks passt oder auch auf dem Brötchen super schmeckt.

**Guten Appetit!**

*Stautenhof*  
MEIN BIOHOF