

Erbesen-Minze-Dip



Zutaten und Zubereitung für 4 Portionen:

150 g gefrorene Erbsen	in kochendes Wasser geben und 5 Min kochen. Danach abgießen und mit kaltem Wasser abschrecken.
6-7 Minzblätter, 3 EL Oliven- oder Sonnenblumenöl	und
1-2 EL Zitronensaft	zu den Erbsen geben und alles zusammen pürieren. Mit
Salz und Pfeffer	abschmecken.

Tipp: Wer den Minzgeschmack nicht mag, kann stattdessen auch Petersilie oder Basilikum verwenden. Der Dip schmeckt gut auf geröstetem Brot, zu Gemüsesticks oder als Pesto zu Nudeln.

Zubereitungszeit: 10 Min