



Artischocken Dip

Zutaten für 1 Glas

1 Dose eingelegte Artischocken alternativ ein Glas Artischocken

1 EL Olivenöl

1/2 Tofublock (fest)

2 Knoblauchzehen

7-8 Kapern

1/2 TL Senf

½ Zitrone

1 TL Tahini

Salz & Pfeffer

Zubereitung

Alle Zutaten in einen Foodprozessor geben und pürieren. Alternativ kannst du die Zutaten auch in einer Schüssel mithilfe eines Pürierstabs pürieren.

Auf ein frisches Brot geben und mit frischen Tomaten, Champignons und Kräutern genießen.