



Arielle

Disney
PRINZESSIN

SEESTERN-DIP

• Für 6 Personen •

Zutaten

1 Packung (200 g)
tiefgefrorener
Spinat, aufgetaut

½ Tasse fettarme
Mayonnaise

1 Packung
Zwiebelsuppenpulver

1 Becher (250 ml)
fettarme saure Sahne

2 Gurken, in
2,5 cm dicke Scheiben
schneiden

½ rote Paprika, in
2,5 cm dicke Streifen
und dann diagonal
in Scheiben schneiden

½ grüne Paprika, in
2,5 cm dicke Streifen
und dann diagonal
in Scheiben schneiden

Tipp

Lust auf was Neues?
Probier diesen Dip doch mal
auf anderem Gemüse
und Snacks!



Diese Häppchen sind vom Meer inspiriert, schnell gemacht und schmecken nach einem langen Tag voller Schwimmen und Spielen besonders gut!

Anleitung

1. Drücke den Spinat aus, um überschüssiges Wasser zu entfernen. Gib den Spinat, die Mayonnaise, das Zwiebelsuppenpulver und die saure Sahne in eine große Schüssel und vermische alles.
2. Verteile mit der Rückseite eines kleinen Löffels etwa einen Teelöffel Dip auf einer Seite einer Gurkenscheibe. Ordne 5 Paprikastücke so an, dass sie wie ein Seestern aussehen, und serviere das Ganze.

