



# Scharfer Rauke Dip mit Chili

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 8-10
- **Vorbereitungszeit:** 10m
- **Zubereitungszeit:** 5m
- **Fertig in** 15m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '15', 'cook_time' : '5m', 'prep_time' : '10m', 'servings' : '8-10', 'yield' : " " });
```

Schmeckt zu gegrilltem Fleisch und Fisch, genau so gut wie zu Pasta, gebackenen Kartoffel oder als Salatsoße

## Zutaten

- 30- 40 g frische Rauke, geputzt, verlesen
- Davon ca. 10 g grob gehackt
- 1 kleine, rote Peperoni, in kleinen Würfelchen
- 1 Knoblauchzehe, fein gewürfelt
- 1 El Olivenöl
- 250 g Magerquark
- 150 g Sahnejoghurt
- 1 Tl Zitronensaft, Salz

## Zubereitungsart

### Schritt1

Etwa 1/4 der Rauke Menge grob hacken, 3/4 in einen hohen Messbecher heben.

### Schritt2

Die Knoblauchwürfelchen mit etwas Salz und einer breiten Messerklinge fein verreiben, zur Rauke geben und alles mit dem Stabmixer fein pürieren.

### Schritt3

Den Magerquark mit der Sahnejoghurt, Zitronensaft und den Chiliwürfelchen glatt rühren und beides vermengen.

### Schritt4

Die grob gehackte Rauke unterheben und etwas Olivenöl darüber geben und

**Rezeptart:** Dips, Dips und Saucen fürs Grillbuffet

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/scharfer-rauke-dip-mit-chili/>