



Rezepte > Mittagessen

Feta-Oliven-Creme mit Paprika

Zeit gesamt
15min

Zubereitungszeit
15min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Paprika, gelb	1 St.
Frühlingszwiebeln	3 St.
Oliven, schwarz	50 g
Feta	200 g
Friskäse, natur	200 g
Salz	
Pfeffer, schwarz gemahlen	
Paprika, edelsüß	
Brötchen	4 St.

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel

1. Paprika waschen, halbieren, Strunk und Kerne entfernen und würfeln. Frühlingszwiebeln waschen, trocken schütteln, Wurzelenden entfernen und in Ringe schneiden. Oliven abtropfen und in Ringe schneiden. Feta zerbröseln.
2. In einer Schüssel Zutaten mit Friskäse vermengen und mit Salz, Pfeffer, Paprika abschmecken. Mit Brötchen servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	468 kcal
Kohlenhydrate	50 g
Eiweiß	20 g
Ballaststoffe	5 g
Fette	22 g