



Rezepte > Sauce

Friskäse-Dip mit Honig

Zeit gesamt
20min

Zubereitungszeit
20min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Cranberries, getrocknet	80 g
Zwiebeln, rot	2 St.
Thymian, frisch	5 g
Walnusskerne	80 g
Öl	1 EL
Honig	2 EL
Friskäse, natur	300 g
Salz	
Pfeffer, schwarz gemahlen	

Zubereitung



Küchenutensilien

kleine Schüssel, mittlere Schüssel, kleine Pfanne, Sieb

1. In einer Schüssel Cranberries mit Wasser bedecken und beiseitestellen. Zwiebeln halbieren, schälen und in feine Streifen schneiden. Thymian waschen, trocken schütteln und Blättchen von den Stielen streifen.
2. Eine Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen und Walnüsse fettfrei ca. 2 Min. rösten. Walnüsse beiseitestellen und Pfanne erneut mit Öl auf mittlerer Stufe erhitzen. Zwiebeln darin ca. 5 Min. glasig dünsten. Thymian zugeben, 1 EL Honig darüberträufeln und ca. 1 Min. karamellisieren lassen.
3. Cranberries in ein Sieb abgießen, Wasser dabei auffangen. Cranberries und Walnüsse grob hacken. In einer Schüssel Friskäse mit 3 EL Cranberrywasser und 1 EL Honig verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und Zwiebeln, Cranberries und Walnüsse locker unterheben.
4. Friskäse-Dip in ein Schälchen geben und nach Belieben mit Honig beträufelt servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Dazu passt [Herzhafter Hefeknoten mit Kräutern](#).

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	351 kcal
Kohlenhydrate	34 g
Eiweiß	12 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	21 g