

erfrischend und sättigend

Frankfurter Grüne Sauce

für 2 Personen

Zutaten

125g folgender Kräuter (gibts manchmal schon fertig):

Petersilie, Schnittlauch, Kerbel, Sauerampfer, Dill, Borretsch, Kresse, Estragon, Liebstöckel, Zitronenmelisse,

2 Zwiebeln, 250 ml saure Sahne, 300 ml Joghurt, 2 Esslöffel Öl, 1 Esslöffel Essig, 1 Teelöffel Salz, 0,5 gestrichener Teelöffel weißer Pfeffer



Zubereitung

1. die Kräuter gründlich waschen und dann sorgsam von allen Stängeln befreien (auch die dicken Stiele im Blatt)
2. die Kräuter und die Zwiebeln grob hacken
3. die Kräuter und die Zwiebeln mit dem Essig und dem Öl mit dem Stabmixer pürieren
4. in einer großen Schüssel alle Zutaten gründlich mischen
5. die Sauce mindestens 1 Stunde ziehen lassen

Zeitbedarf

30 Minuten für die Vorbereitung, 1 Stunden für`s Ziehen

dazu paßt

Pellkartoffeln und hartgekochte Eier