

Marianne Frielingsdorfs Tipp für einen gemütlichen Sommerabend:

Sommerzeit – das bedeutet lange gemütliche Abende im Garten, ein leckerer Imbiss und ein Glas Wein dazu. Was für ein Genuss!

Dazu eignen sich Knabberstangen, etwas Gemüse und ein frischer Dipp besonders gut.

Gemüse ist meistens vorrätig, ein Dipp schnell zubereitet und das Gebäck hält sich in einer Blechdose, so dass es jederzeit griffbereit ist.

Knabberstangen:

400g Mehl
1 P. Trockenhefe
70g grob gemahlener Sesam
30g geriebenen Parmesan
200 ml Wasser
1 TL Salz
5 EL Olivenöl
Gewürze: Curry, Paprika oder Pizzagewürz

Einen Hefeteig herstellen, 1 Stunde gehen lassen und anschließend zu dünnen Stangen formen. Im Backofen bei 160 Grad goldbraun backen.

Dipp:

100g Quark
100g Frischkäse
1 Becher Joghurt
1 EL Mayonnaise

Alles gut verrühren, mit Pfeffer und Salz würzen und mit viel Schnittlauchröllchen und Kräutern der Saison anreichern. Eine Stunde durchziehen lassen.

Gemüse zum Dippen, z.B. Gurken, Möhren, Paprika und Kohlrabi auf Streifen schneiden, damit man sie mit den Fingern greifen kann.