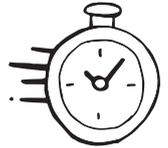


FÜR 4
PERS.



DATTEL-PAPRIKA- AUFSTRICH

1 rote Paprika	waschen, entkernen und zusammen mit
150 g getrocknete Datteln	ganz fein hacken. Mit
200 g Naturfrischkäse	vermengen und mit
Salz	
Pfeffer	und
Paprikapulver	würzen und abschmecken.

Nährwerte pro 100 g Aufstrich:

Energie	132 kcal
Kohlenhydrate	22,0 g
Fett	1,2 g
Eiweiß	6,0 g

