



Paprika-Tomaten-Dip mit Mandelmus

Zutaten für ein Glas:

120 g rote Paprika

1 Knoblauchzehe

50 g getrocknete Tomaten

100 g Mandelmus, weiß

1 TL Senf

2 TL Reissirup

1/2 TL Kurkuma

20 ml Zitronensaft, frisch gepresst

2 EL Leinöl

20 ml Mandelmilch (oder andere

vegane Milch)

Salz

Pfeffer

Chilipulver (wenn möglich, Chipotle)

Zubereitung:

Die getrockneten Tomaten ca. 10 Minuten in kochendem Wasser einweichen, danach das Wasser abgießen.

Die Paprika waschen, entkernen und in grobe Stücke schneiden. Den Knoblauch pellen und pressen.

Alle Zutaten in einen Mixer geben und pürieren. Den Dip mit Salz, Chilipulver und Pfeffer abschmecken.