

**Kräuter - Frischkäse - Aufstrich
für 6 Portionen**

Zutaten:

300 g	Doppelrahmfrischkäse
50 g	Saure Sahne
50 g	Crème Fraîche
50 g	Zwiebel
1 Bund	Schnittlauch
½ Bund	Petersilie
½ Bund	Kräuter nach Geschmack
1 Prise	Cayennepfeffer
	Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Zwiebel schälen und fein würfeln.

Alle Kräuter waschen, Schnittlauch in feine Röllchen schneiden und die restlichen Kräuter fein hacken.

Frischkäse mit Crème Fraîche und Saurer Sahne verrühren, Zwiebeln und Kräuter unterrühren und eine Prise Cayennepfeffer zugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Der Aufstrich schmeckt gut auf Vollkornbrot und Roggenbrot oder als Dip mit Gemüsestreifen.