



# Kohlrabi-Dip

## Zutaten

... aus Blätter und Stängel

Blätter und Stängel einer Kohlrabi

1 Avocado

Salz

Ingwer

Grissini oder versch. Gemüse-Sticks

Als warme oder kalte Suppe:

Creme Fraiche

Petersilie

fein gehobelte Zitronenschale

## Zubereitung

Die Stängel und Blätter der Kohlrabi in grobe Stücke zerschneiden und in etwas Wasser weich kochen. Anschließend alles mit der Avocado, etwas Ingwer und Salz pürieren. Hierbei eignen sich perfekt Grissini oder verschiedene Gemüse-Sticks zum dippen.

Alternativ können die Stängel und Blätter der Kohlrabi auch zu einer Suppe verarbeitet werden. Die Zutaten werden wie für den Dip verarbeitet, jedoch mit etwas Wasser verdünnt und mit Creme Fraiche verfeinert. Die Suppe wird mit Petersilie und fein gehobelter Zitronenschale garniert. Die Suppe kann warm oder kalt serviert werden.