



REZEPT SNACK-STADION

Unsere Spielerinnen Tina Charwat und Jasmin König zeigen euch, wie man ganz einfach ein Snack-Stadion zubereiten kann:

ZUTATEN SPIELFELD:

- 1 Packung Crème Fraîche
- 1 Packung Sauerrahm
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Packung Frischkäse
- 2 Avocados
- Salz, Pfeffer und Knoblauchpulver
- Salz, Pfeffer und wenn ihr möchtet, Chiliflocken



ZUTATEN TRIBÜNE:

- 4 Minigurken
- 2 Karotten
- 1 roter Paprika
- Nachos

ZUBEREITUNG:

- Schneidet die Avocados auf, nehmt den Kern raus und holt das grüne Fruchtfleisch mit einem Löffel heraus. Presst dann die Knoblauchzehe und zerdrückt die Avocado zusammen mit der Knoblauchzehe und dem Zitronensaft. Würzt mit Salz, Pfeffer und, wenn ihr möchtet, etwas Chiliflocken.
- Streicht die Guacamole in eine rechteckige Form (wie eine Backform) und zeichnet mit etwas Crème fraîche Linien wie auf einem Fußballfeld darauf.
- Vermischt dann den Frischkäse mit Sauerrahm und gebt noch etwas Salz, Pfeffer und Knoblauchpulver dazu. Gebt die fertige Sour Cream in eine passende Schüssel.
- Wascht und schneidet das Gemüse in lange Sticks, damit man es gut in die Dips tauchen kann. Gebt die Sticks dann in mehrere Gläser oder Schüsseln.
- Stellt die Guacamole in die Mitte als Spielfeld und rund herum stellt ihr die Gemüsesticks, die Nachos und die Sour Cream. Und dann könnt ihr euch das Snackstadion schmecken lassen!



Gutes Gelingen!