

Mangold mit Schafskäse und Joghurt für 4 Personen



100g Zwiebeln
4 Zehen Knoblauch
3 EL Sonnenblumenöl

und
fein würfeln und in
andünsten.

1 kg Mangold

in feine Streifen schneiden und blanchieren.
Dann zu den Zwiebeln und Knoblauch geben
und ca. 10 Min. dünsten.

Salz & Pfeffer
1 EL Brühe
180 g Schafskäse
200 g Saure Sahne
250 g Joghurt

Mit
und
kräftig würzen.
würfeln und dazugeben.
unterrühren.
in Schälchen verteilen und servieren.