

Fetás céklakrém

Hozzávalók:

- 1 közepes db cékla vagy fél üveg cékla
- 15 dkg feta sajt
- 1 kis fej vöröshagyma
- 2 dl tejföl (vagy natúr joghurt)
- 1 gerezd fokhagyma
- 1 kávéskanál köménymag

Elkészítés:

A céklát vagy vízben megfőzzük, vagy üveges céklát használunk.

A hozzávalókat feldaraboljuk, majd aprítóba tesszük és szemcsésre dolgozzuk őket.

Majonézes tonhalkrém

Hozzávalók:

- 2 doboz olajos tonhalkonzerv
- 1 kis fej vöröshagyma
- 1 csokor petrezselyemzöld
- kevés citromlé
- 2-3 ek. majonéz
- 3 ek. tejföl vagy natúr joghurt
- só
- bors

Elkészítés:

A tonhalat lecsöpögtetjük, villával összetörjük. A hozzávalókat aprítóba tesszük, és pépes állagúra dolgozzuk.