

## Knoblauchsoße

### Zutaten für 1 Schälchen

- 3 Knoblauchzehen
- 150 g Schmand
- 50 g Naturjoghurt
- 1 TL Senf
- 1 Gewürzgurke
- 2 EL Gurkenwasser
- Salz
- Pfeffer



**Arbeitszeit:**

ca. 5 Minuten

### Knoblauchsoße selbst machen:

1. Presse den Knoblauch in eine Schüssel. Schneide die Gewürzgurke sehr klein und gib sie dazu.
2. Gib Schmand, Joghurt, Senf und Gurkenwasser hinzu und rühre alles cremig. Schmecke mit Salz und Pfeffer ab.
3. Stelle die Sauce bis zum Verzehr in den Kühlschrank.

Für meine Knoblauchsoße brauchst du rohen Knoblauch. Wer einen etwas milderen Geschmack erzielen möchte, kann die Zehen aber auch in einem Löffel Olivenöl anbraten bzw. rösten. Das bringt nicht nur leckere Aromen in die Soße, sondern macht sie auch etwas bekömmlicher. Achte beim Anrösten darauf, dass der Knoblauch nicht dunkel wird - dann schmeckt er bitter.

Besuch uns gern wieder auf [familienkost.de](https://familienkost.de) und stöber in unserem [Shop](#).

