

FRUCHTBAR<sup>®</sup>  
Pausenfreund

Rezept-Idee

# Ottis frische Dip-Pause



# Ottis frische Dip-Pause

Zubereitungszeit: 5 Min. Schwierigkeitsgrad: einfach Portionen: 1 Pausenbox

## Zutaten:

- 8 Bio-Familienkekse von FruchtBar
- 1 Brotscheibe mit Frischkäse
- 4 EL Joghurt
- 1 Bio-Familienkeks als Topping
- 3 Karottensticks
- 3 Gurkensticks
- 3 Paprikasticks

## Dazu brauchst Du:

- 1 Schneidebrett
- 1 kleines Messer
- 1 Löffel



## Zubereitung:

8 Bio-Familienkekse von FruchtBar in das erste Fach geben. Eine Scheibe Brot mit Frischkäse bestreichen, halbieren und zusammenklappen. Eventuell noch einmal teilen, damit alles schön in die Pausenbox passt. Einen kleinen Extrabehälter mit Joghurt füllen, einen Familienkeks darauf bröseln und zusammen in das zweite Fach legen. Zuletzt alle drei Gemüsesticksorten schneiden und in das dritte Fach geben.

**Fertig!**