

Kürbis-Tomaten-Aufstrich

DAS WIRD GEBRAUCHT:

100 g Frischkäse
2 EL Süße Sahne
4 EL Olivenöl
2 Knoblauchzehen
150 g Kürbispüree
100 g Tomatenmark
2 EL fein gehackte Kräuter
mit Pfeffer und Salz würzen

EIN REZEPT VON:

Kyra Luft

AUS:

Wallau

TIPPS:

Als mediterrane Kürbis-Tomaten-Tarpenade:
80 g schwarze entsteinte Oliven hinzufügen,
statt Frischkäse Ziegenfrischkäse
und statt Tomatenmark
getrocknete Tomaten verwenden.

SO GEHT'S:

Den Kürbis (Hokaido –ungeschält, andere Sorten geschält) in Stücke schneiden und mit wenig Wasser ca. 20 Minuten dämpfen.

Danach abschütten und mit wenig von dem Kochwasser pürieren.
Das Püree abkühlen lassen und mit den anderen Zutaten vermischen.

Schmeckt sehr gut als Aufstrich auf frisches Brot,
z.B. als Vorspeise oder zum Dippen von Gemüse.

Mit meiner Rezept-Einsendung...

- zeige ich mich einverstanden, dass das von mir eingesandte Rezept unter Nennung meines Namen und Landfrauenvereins gespeichert, verarbeitet und veröffentlicht werden darf (als Aushang oder in Druckerzeugnissen sowie im Internet, z.B. auf der Website des Landfrauenvereins, bei Facebook o.ä.)
- versichere ich, dass ich mit der Abgabe und Veröffentlichung des Rezepts keine Urheberrechte verletze.