

Winter-Aufstrich



Zutaten für 10 Brote:

- 250 g Topfen
- ½ Becher Naturjoghurt (ca. 125g)
- Salz, Pfeffer
- 1 EL süßer Senf
- ¼ kg Schwarzbrot, geschnitten
- 1 Zwiebel
- 2 Rote Rüben, gekocht
- 40g Feta oder Cheddar
- Saft von ½ Zitrone
- 40g Sonnenblumenkerne
- Sonnenblumenkerne zur Dekoration

Zubereitung

1. Topfen und Naturjoghurt in einer großen Schüssel zu einem cremigen Aufstrich verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Senf abschmecken
2. Zwiebel schälen. Zwiebel, Rote Rüben und Käse in kleine Stücke schneiden
3. Die restlichen Zutaten dem angerührten Aufstrich hinzufügen und mixen, bis es eine cremige Konsistenz hat
4. Brote halbieren und jede Scheibe mit dem Aufstrich bestreichen. Am Ende mit ein paar Sonnenblumenkernen dekorieren
5. Genießen!

Guten Appetit wünscht Gourmet.