Aufstrich-Grundrezept

Ein Rezept für Vegetarier: Das Aufstrich-Grundrezept ist die Basis für die verschiedenen Brotaufstriche, die Abwechslung auf jeden Tisch bringen.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 10 min

Gesamtzeit: 10 min

Zutaten

für den Basisaufstrich

375 g	Magertopfen
125 g	Naturjoghurt
50 g	Sauerrahm (oder Skyr)
1 EL	Senf
	Salz und Pfeffer

Basilikumaufstrich

Nach Belieben	Basilikum frisch

Paprika- Gurkerlaufstrich

5 Stk.	Essiggurken
1 Prise	Zucker
1 TL	Paprikapulver (edelsüß)

Eiaufstrich

3 Stk.	Eier (hartgekocht)
Nach Belieben	frische Kräuter

Zubereitung

1. Für das **Aufstrich-Grundrezept** den Magertopfen mit Naturjoghurt, Sauerrahm, Senf, Salz und Pfeffer vermischen und alles zu einer cremigen Masse verrühren.

2. Basilikum waschen, trockentupfen und klein schneiden. Essiggurkerl in kleine Würfel schneiden. Eier schälen und klein würfeln, Kräuter waschen und fein hacken.

3. Ein Drittel des Basisaufstrichs mit dem Basilikum vermischen. Ein weiteres Drittel mit den Gurkerl, Paprikapulver und Rohrzucker verrühren. Das letzte Drittel mit den Eiern vermengen und mit Salz und Kräutern abschmecken.

Tipp

Das Aufstrich-Grundrezept kann nach Herzenslust variiert und mit den verschiedensten Zutaten, Gewürzen und Kräutern verfeinert werden.