Aufstrich-Grundrezepte

Die Aufstrich-Grundrezepte lassen sich mit Kräutern und anderen frischen Zutaten beliebig variieren. Das Rezept versteht sich als Anregung für eigene Kreationen.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Gesamtzeit: 15 min



Zutaten

380 g	Magertopfen
130 g	Naturjoghurt
80 g	Mayonnaise
1 EL	Senf
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer

Für den Basilikumaufstrich

1 Bund	Basilikum

Für den Paprika-Gurken-Aufstrich

5 Stk.	Essiggurken
1 EL	Paprikapulver (rot)
1 Prise	Rohrzucker

Für den Eiaufstrich

3 Stk.	Eier
1 Bund	Kräuter

1 Prise	Salz

Zubereitung

1. Die Basis für **Aufstrich-Grundrezepte** sind immer frische Zutaten. Diese Zutaten wie Magertopfen, Naturjoghurt, Mayonnaise, Senf, Salz und Pfeffer solange verrühren, bis sie eine cremige Konsistenz haben.

2. Für den Basilikumaufstrich: Die Basilikumblätter von den Stängeln entfernen, klein hacken und beimengen.

3. Für den Paprika-Gurken-Aufstrich: Essiggurkerl klein schneiden, unter den Basisaufstrich heben und mit Paprikapulver und Rohrzucker abschmecken.

4. Eiaufstrich: Die Eier in Salzwasser hart kochen, abschrecken, schälen und sehr klein schneiden. Gut mit dem Basisaufstrich verrühren. Je nach Geschmack Salz und Kräuter hineingeben.

Tipp

Diese Grundrezepte der Aufstriche können mit verschiedensten Zutaten verfeinert werden. Sauerrahm ist für das Basisrezept eine leichte Alternative zur Mayonnaise.