Bohnenpaste

Eine leckere Rezept Alternative zu Käse oder Wurst: Die Bohnenpaste ist ein wunderbar würziger Brotaufstrich für jede Tageszeit.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Gesamtzeit: 15 min



Zutaten

400 g	Butterbohnen
0.5 Stk.	Zitronen (abgeriebene Schale und Saft)
0.5 Stk.	Knoblauchzehe
1 EL	Minze (fein gehackt)
1 EL	Olivenöl
1 EL	Wasser
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer
4 Zweige	Minze (zum Garnieren)
	Brot (nach Wahl)

Zubereitung

1. Für die Bohnenpaste zunächst die Butterbohnen abtropfen lassen. Zitronenschale abreiben und Zitrone auspressen, Saft auffangen. Knoblauch schälen und fein hacken. Minze waschen, trockentupfen und ebenfalls fein hacken.

2. Bohnen mit Zitronensaft in der Küchenmaschine fein pürieren. Nach und nach die Zitronenschale, den Knoblauch, die Minze und das Wasser hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Alles gründlich vermischen und zu einer glatten Konsistenz rühren.

3. Minzblätter von den Zweigen streifen, waschen und trockentupfen. Bohnenpaste auf das Brot nach Wahl streichen und nach Belieben mit etwas Minze garnieren. Sofort servieren.

Tipp

Die Bohnenpaste schmeckt nicht nur als Brotaufstrich, sondern ist auch eine hervorragende Mischung als Kruste für Braten.