Maisaufstrich

Der Maisaufstrich ist ein leichter und schmackhafter Brotaufstrich. Mit diesem Rezept ist er im Nu zubereitet.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 10 min

Gesamtzeit: 10 min

Zutaten

250 g	Mais (aus der Dose)
2 Stk.	Karotten
	Salz
0.5 TL	Kurkuma
0.5 EL	Petersilie (frisch, gehackt)
0.5 EL	Schnittlauch (frisch, gehackt)
1 Schuss	Sonnenblumenöl

Zubereitung

1. Für den **Maisaufstrich** die Karotten waschen, putzen und in kleine Scheiben schneiden. Den Mais in ein Küchensieb leeren und mit Wasser abspülen.

2. Beiden Zutaten in ein hohes Gefäß leeren und mit einem Mixstab pürieren. Die gehackten Kräuter hinzugeben und unterrühren. Mit Salz, Kurkuma und Sonnenblumenöl abschmecken.

Tipp

Der Maisaufstrich schmeckt auf backfrischem Brot mit Tomaten und Gurken.