

## **Brotaufstriche**

### **Rote Bete Aufstrich:**

Zutaten: 300g Kichererbsen, ½ l Gemüsebrühe, 500g gekochte Rote Bete, 2 große Zwiebeln, Butter, 2 geschälte Äpfel. Salz, Pfeffer, Galgant, geriebener Meerrettich.

Die Kichererbsen über Nacht in Wasser einweichen. Am nächsten Tag abseihen und in der Gemüsebrühe weichkochen und abseihen. Die Zwiebeln grob schneiden und in Butter dünsten. Die Kichererbsen, Rote Bete, Zwiebeln und die Äpfel durch die feinste Scheibe des Fleischwolfs drehen und alles gut mischen. Mit den Gewürzen und dem Meerrettich abschmecken.

### **Kürbisaufstrich:**

Zutaten. Ca. 300g Kürbisfleisch, 150g Zwiebeln. Salz, Pfeffer, Galgant, Bertram, Koriander, gemahlene Mandeln.

Zwiebeln grob schneiden und in Butter andünsten; Kürbis hobeln und ca. 10 Minuten in Wasser weichkochen. Abseihen, mit den Zwiebeln pürieren, mit den Gewürzen abschmecken und soviel gemahlene Mandeln zugeben bis eine streichfähige Masse entstanden ist.