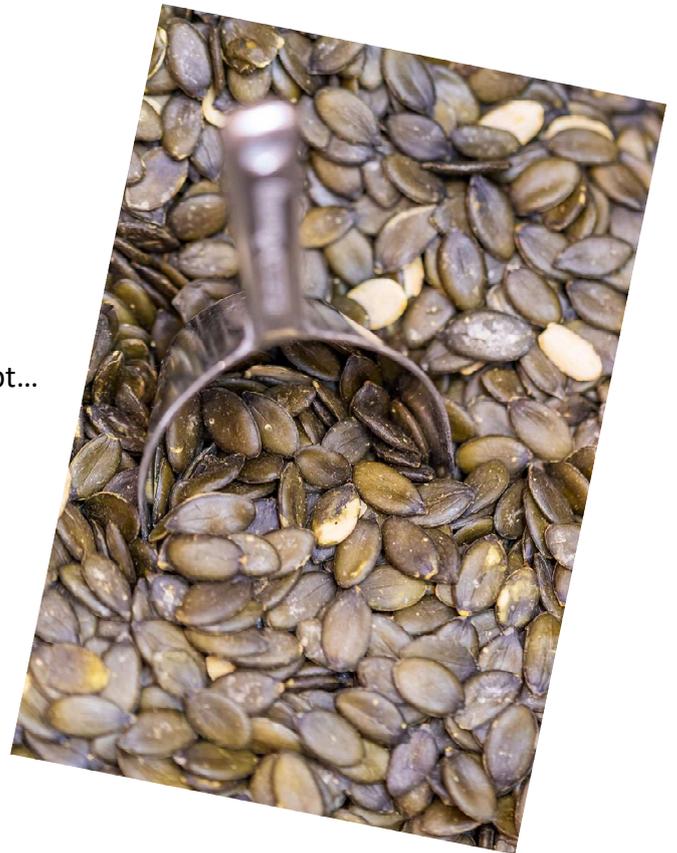


Kürbiskern-Aufstrich

Zutaten:

- 200g Quark
- 100g Frischkäse
- 2TL Kürbiskernöl
- 2EL Kürbiskerne
- verschiedene Kräuter z.B. Giersch, Kresse, Schnittlauch, Gänseblümchen – was der Garten hergibt...
- **Salz*** und Pfeffer

*im Laden erhältlich



Zubereitung:

- Den Quark, Frischkäse und das Kürbiskernöl glattrühren.
- Die Kürbiskerne grob, die Kräuter fein hacken und unterziehen.
- Mit Salz und Pfeffer würzen.

Vor dem Servieren mit Kürbiskernöl beträufeln und Kürbiskerne darüber streuen

von DAHOAM e.V.

Mozartstr. 71, 85276 Pfaffenhofen – www.von-dahoam.de