

11. Aufstriche herzhaft

Grünkohlaufstrich [Nr.352]

Menge: Für 4 Portionen

Zutaten:

70 g	Grünkohl, frisch, in Stücken, (dickere Blattrippen entfernt)
200 g	Wasser
30 g	getrocknete Tomaten, in Öl, abgetropft
3 Stck.	Stängel Dill, abgezupft
1/2 TL	Salz
MS	Chiliflocken
¼ TL	Pfeffer
300 g	Frischkäse



Zubereitung:

-
- Grünkohl und Wasser in einen Topf geben und ca.15.Minuten garen.
Thermomix: Grünkohl und Wasser in den Mixtopf geben, 14 Min./100°C/Stufe 1 garen
 - Gegarten Grünkohl in ein Sieb abschütten und kurz unter fließendem, kaltem, Wasser abschrecken, kurz abtropfen lassen und mit Küchenpapier trocken tupfen
Thermomix: Den gegarten Grünkohl in den Gareinsatz abschütten, unter fließendem, kaltem Wasser kurz abschrecken, gut abtropfen lassen und mit Küchenpapier trocken tupfen. Mixtopf kalt ausspülen.
 - Gegarten Grünkohl, getrocknete Tomaten, Dill, Salz und Pfeffer in einen Mixer geben und gut zerkleinern.
Thermomix: Gegarten Grünkohl, getrocknete Tomaten, Dill, Salz und Pfeffer in den leeren Mixtopf geben, 2 Sek./Stufe 8 zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben. Weitere 2 Sek./Stufe 8 zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.
 - Frischkäse zugeben und alles gut verrühren. Mit Salz & Pfeffer abschmecken.
Thermomix: Frischkäse in den Mixtopf geben, mit Salz und Pfeffer abschmecken, 10 Sek./Stufe 4 verrühren,
 - Grünkohlaufstrich abschmecken und zu Schwarz- oder Graubrot servieren