

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:

1. 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
2. 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.
3. 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.
4. 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,
5. Grünkohlaufstrich abschmecken und zu Schwarz- oder Graubrot servieren