

## 11. Aufstriche &amp; Dips herzhaft

## Tomate-Basilikum-Creme [Nr.306]

Menge: 4 Portionen

**Zutaten:**

---

1 Stck.	Tomate (ca.80 g)
1 Stck.	Knoblauchzehe
50 g	Sonnenblumenkerne
50 g	getrocknete Tomaten
200 g	Frischkäse
20 g	Olivenöl für die Pfanne
½ TL	Salz
	Pfeffer
	frisches Basilikum

**Zubereitung:**

- 
1. Die Tomate waschen und in mittelgroße Würfel schneiden.
  2. Den Knoblauch schälen und ebenfalls in kleine Würfel schneiden.
  3. Die Sonnenblumenkerne in einer Pfanne ohne ÖL anrösten.
  4. Das Basilikum waschen, trocken tupfen und grob hacken.
  5. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen, die Tomate und den Knoblauch darin anschwitzen.
  6. Die getrockneten Tomaten mit dem Messer zerkleinern.
  7. Jetzt alle Zutaten in den Mixer geben und gut verrühren.  
**Thermomix:** 10 Sekunden / Stufe 4
  8. Den Aufstrich mit Salz und Pfeffer abschmecken
  9. Luftdicht verschlossen hält er sich im Kühlschrank min. 3-4 Tage