

Rezept

# Brot mit Curry-Aufstrich

Ein Rezept von Brot mit Curry-Aufstrich, am 19.04.2024

## Zutaten

<b>150 g</b> getrocknete Aprikosen	<b>100 g</b> gemischte Sprossen (z. B. Asia-Mischung oder Alfalfa, Rettich, Linsen)
<b>1</b> kleine Möhre	<b>150 g</b> Frischkäse
<b>1 EL</b> Currypulver	Salz
Pfeffer	<b>4 Scheiben</b> Mischbrot

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 220 kcal

## Zubereitung

1. Aprikosen fein würfeln und 15 Min. in warmem Wasser einweichen. Inzwischen die Sprossen in einem Sieb abbrausen und gut abtropfen lassen. Die Möhre putzen, schälen und grob raspeln oder in feine Streifen schneiden.
2. Die Aprikosen abgießen und abtropfen lassen. Zwei Drittel davon mit dem Frischkäse verrühren und pürieren. Die übrigen Aprikosenwürfel und den Curry untermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Brote nach Belieben rösten, mit Aufstrich bestreichen. Mit Sprossen und Möhren bestreuen.