

Rezept

Frischkäse-Erbsen-Lachs-Aufstrich

Ein Rezept von Frischkäse-Erbsen-Lachs-Aufstrich, am 28.06.2026

Zutaten

50 g TK-Erbsen	Salz
100 g Frischkäse	2 EL TK-Frühlingskräuter (8-Kräuter-Mischung)
fein abgeriebene Schale von ½ Bio-Zitrone	70 g Räucherlachs
Pfeffer	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 130 kcal

Zubereitung

1. Die Erbsen in Salzwasser ca. 3 Min. weich kochen. In ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Den Frischkäse und die Erbsen gründlich verrühren, dabei die Erbsen etwas zerdrücken. Kräuter und Zitronenschale unterrühren.

2. Den Räucherlachs fein würfeln und unterheben. Salzen und pfeffern. Passt zu Baguette.