

Rezept

Mediterraner Brotaufstrich

Ein Rezept von Mediterraner Brotaufstrich, am 19.04.2024

Zutaten

75 g schwarze Oliven	1 Bund Basilikum
50 g gemahlene Mandeln	40 g Vollkorn Grieß
1 EL Limettenschale	1/4 l Hefebühe
3 EL Olivenöl	Salz
Pfeffer	

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR CA. 250 G | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 800 kcal

Zubereitung

1. Oliven vom Stein schneiden. Basilikum waschen und grob hacken. Mandeln ohne Fett rösten, bis sie duften.
-
2. Grieß in die Brühe geben. Aufkochen lassen, dabei umrühren. Mit allen Zutaten fein pürieren, salzen und pfeffern. Hält sich im Kühlschrank ca. 1 Woche.