

Brotaufstrich Liptauer Art

Brotaufstriche lassen sich mit Naturtofu wunderbar kreieren. Hier ein besonders herzhafter Aufstrich mit Senf, Kapern und Schnittlauch - für eine zünftige Brotzeit!

Zutaten:

150 g gegarte Kartoffeln
150 g SOJAFARM Naturtofu
1 TL Senf
1 TL Apfelessig
2 EL Rapsöl
2 TL Paprikapulver (edelsüß)
1/4 TL Kümmel gemahlen
1 Bund Schnittlauch
1 EL Kapern
Salz und Pfeffer



Zubereitung:

Die abgekühlten Kartoffeln schälen und in Stücke schneiden. Den Naturtofu aus der Packung nehmen und ebenfalls in Stücke schneiden oder brechen. Beides mit einer Gabel fein zerdrücken und Senf, Essig, Öl, Paprikapulver und Kümmel dazugeben. Den Schnittlauch waschen und in Röllchen schneiden, die Kapern hacken und beides unter die Kartoffelmischung geben. Mit Salz und Pfeffer kräftig würzen.

Vor dem Genuss mindestens eine Stunde ziehen lassen.

Guten Appetit!