

## Tomatenaufstrich – schnell und einfach

VORBEREITEN

3  
Min.

ZUBEREITEN

2  
Min.

NIVEAU



Pinienkerne ohne Fett in einer beschichteten Pfanne von allen Seiten anrösten und auskühlen lassen.

- 2 -

Tomaten abgießen und mit gerösteten Pinienkernen, Öl und Kräutern in einen Foodprozessor geben und zu einer cremigen Masse mixen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

- 3 -

Tomatenaufstrich in ein steriles Glas abfüllen. Im Kühlschrank hält sich der Aufstrich ca. 1 Woche.

- 4 -

Zum Servieren Tomatenaufstrich mit frischem Oregano garnieren.

### Zutaten für 1 Glas

#### Für den Aufstrich

125 g getrocknete Tomaten in Öl  
50 g Pinienkerne  
2 Esslöffel Olivenöl  
1 Teelöffel Italienische Kräuter  
Salz Pfeffer

#### Zum Garnieren

1/4 Bund Oregano

#### Besonderes Zubehör

Foodprozessor

Sonne auf deinem Brot, mit einem italienischen **Tomatenaufstrich** aus sonnengereiften Tomaten. Das hört sich nicht nur nach einem verlockenden **veganen** Start in den Tag an, der Aufstrich ist auch **schnell & einfach** zubereitet. So schnell, dass du ihn auch mal eben für deine Gäste als Dip zum Grillen zaubern kannst. Also denk nicht lang drüber nach, mix dir deinen **Tomatenaufstrich** für exquisiten Brotgenuss!

- 1 -