



KANOWMÜHLE S P R E E W A L D

Rezepte



Z U T A T E N 4 Portionen

- Scheiben Roggenbrot
- 400 g Champignons
- 2 kleine Zwiebeln
- 30 g Walnussmehl der Kanow-Mühle oder 1 Handvoll Nüsse
- 2 TL Thymian
- 1 TL Salz
- 1 TL Pfeffer
- 2 EL Olivenöl der Kanow-Mühle
- bei Bedarf evtl. Öl z.B. Walnussöl der Kanow-Mühle oder Wasser

Arbeitszeit: ca. 15 Min.; Kochzeit ca. 7 Min.

Schwierigkeitsgrad: simpel

TIPP: Dieser Aufstrich eignet sich auch hervorragend zum Füllen oder Garnieren von Gemüse z.B. Zucchini, Aubergine usw.
> siehe Zubereitung

HINWEIS:

Den Aufstrich in einem verschließbaren Glas- oder Keramikgefäß aufbewahren (kein Plastik).

Wir empfehlen den zügigen Verzehr.

Z U B E R E I T U N G

Das Roggenbrot in Stücke brechen und in der Küchenmaschine kleinhexeln. Die Roggenbrotkrümmel in einer Pfanne ohne Fett knusprig braten, bis sie duften und zum Auskühlen in eine Schüssel geben.

Die Pilze und die Zwiebel säubern bzw. schälen und für einen Aufstrich aufs Brot klein hacken. Für eine Füllung oder Garnierung bei Gemüse z.B. Zucchini, Aubergine usw. kann grob gehackt werden.

Etwas Olivenöl in eine Pfanne geben und beides einige Minuten braten, bis das Wasser verdampft ist. Das Gemüse würzen und mit dem Walnussmehl zu den Roggenbrotkrümmeln geben. Alles sorgfältig miteinander vermengen und für eine streichbare Konsistenz ggf. etwas Öl - am besten Walnussöl - oder Wasser hinzugeben.

Als herzhafter Aufstrich auf Brot wunderbar ob zum Frühstück, Abendessen oder als Grillbeilage.

Wenn Sie Gemüse garnieren wollen, bestreichen Sie die gebrillten oder gedämpften Gemüsescheiben ca. 1 cm dick.

Guten Appetit!

Glück zu! - Ihr Ölmüller

