

# Brokkoli-Ei Brotaufstrich

Rezept für 4 Portionen  
Dauer: ca. 15 Minuten

## Zutaten:

| Zutat                    | Menge               |
|--------------------------|---------------------|
| Olivenöl                 | 1 Esslöffel         |
| Chilipulver              | 1 Prise(n)          |
| Salz                     | Etwas / nach Bedarf |
| Schwarzer Pfeffer        | Etwas / nach Bedarf |
| Frische Kräuter          | Etwas / nach Bedarf |
| Brokkoli / Broccoli      | 150 g               |
| Hart gekochte Hühnereier | 1 Stk.              |

## Zubereitung:

Brokkoli waschen und in Röschen teilen. Diese in kochendes Wasser werfen und ca. 3-5 Minuten blanchieren. Dann abgießen und mit kaltem Wasser kurz abschrecken.

Den Brokkoli in eine Schüssel geben und zusammen mit dem Olivenöl fein pürieren. Zum Schluss noch Kräuter und Ei mitpürieren, würzen und servieren. TIPP:

Weitere leckere Aufstriche mit Bildern findest du in unserer Diashow für Aufstriche!

Gutes Gelingen wünscht



Link zu diesem Rezept: <http://www.koch-idee.at/Rezept-1342-Brokkoli-Ei-Brottaufstrich.html>  
Mehr leckere Koch-Ideen zum Nachkochen gibts auf [www.koch-idee.at](http://www.koch-idee.at)