

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