

Two simple line-drawn stick figures are holding up a large, curved banner. The banner is light gray with black text. The figures are also simple line drawings with circular heads and thin bodies.

GSUND und GUAD

mit LIMA durch die Fastenzeit

Rote Rüben Aufstrich

In meinem Gemüsekisterl findet sich
immer wieder eine rote Rübe.

Für einen einfachen Aufstrich koche ich die Rübe weich (dauert je nach Größe ungefähr eine dreiviertel Stunde). Ich schäle sie und schneide sie in kleine Stücke. Als Basis für den Aufstrich verwende ich, was ich im Eiskasten finde – Topfen, Creme fraiche, Frischkäse oder eine Mischung aus allem!

Mit dem Stabmixer püriere ich die Basis mit den roten Rüben Stückerln und würze reichlich mit Kren und Salz.

Dazu passt frisches Brot und fertig ist ein wunderbares Nachtmahl.

Mahlzeit Beatrix Auer