

# Curry-Nuss-Aufstrich

mit Kräuterkuss

## Zutaten

250g Rüebli oder Kürbis

120g eingeweichte Mandeln

20g Olivenöl

1 TL Kräutersalz

1 TL Curry

50g Kefir-Rosinen\*

2 Handvoll Kräuter

200g Frischkäse

4 EL gemischte Kräuter  
frisch

## Zubereitung

weich garen, nach Belieben „zerdrücken“ und etwas auskühlen lassen

fein hacken

frisch sammeln & fein schneiden

beimischen und alles zusammen mischen

fein hacken und unter die leicht ausgekühlte Masse heben

\*Im Wasserkefir für mindestens 3 Stunden eingeweicht



Wir freuen uns auf Eueren nächsten Besuch bei uns im **ZIEL**