

#### Kochdauer:

Schnell gekocht (bis 30 Minuten)

#### Schwierigkeit:

einfach

#### Zutaten:

250 g Schafskäse (Brimsen)  
4 EL gehackte Kürbiskerne  
3 EL Kürbiskernöl  
1 Stk. hartgekochtes Ei  
Kräutersalz  
Pfeffer, frisch gemahlen

#### Mein persönlicher Tipp

Schmeckt auch sehr fein mit Ziegenfrischkäse. Wer möchte, kann den Aufstrich mit feingehackten Schinken- oder Selchfleischwürfeln verfeinern.:

#### Daniela Spitzer

Seminarbäuerin im Bezirk Ried

#### Quellen:

- Landwirtschaftskammer  
Oberösterreich: *Jausenhits für Schule, Freizeit und Beruf*

## Kürbiskern-Schafkäseaufstrich

#### Zubereitung

- Schaffrischkäse glattrühren bzw. mit einer Gabel zerdrücken.
- Die übrigen Zutaten begeben und pikant abschmecken.