



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

Kürbiskern-Schafkäseaufstrich

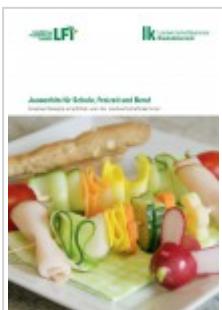


Foto: LKOOE/Evelyn Puchner - Nicht zur freien Verwendung

Zubereitung

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

Quellen:



Landwirtschaftskammer

Oberösterreich: *Jausenhits für Schule,
Freizeit und Beruf*



Eine Initiative des
AGRAR.PROJEKT.VEREIN

Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium
Nachhaltigkeit und
Tourismus

LE 14-20
Entwicklung für den ländlichen Raum

Europäischer
Landwirtschaftsraum
Hier investiert Europa in
die ländlichen Gebiete

