

# Zirbenessig-Aufstrich



Zutaten für 4 Personen



250 Gramm Topfen = Quark

2 cl **Arganöl**

5 Stück in Zirbenessig eingelegte Tomaten

1 Hand voll Kürbiskerne und Sonnenblumenkerne

Bärlauch oder Knoblauch fein gehackt

Schnittlauch fein geschnitten

Salz, Paprikapulver, gemahlene getrocknete Pfefferoni

## Zubereitung:

Topfen (Quark) mit Arganöl schaumig rühren, die Tomaten fein schneiden oder in einer Küchenmaschine zerkleinern und zu den restlichen Zutaten mischen. Auf Brote streichen, eventuell mit ganzen Kernen, Bärlauch- oder Schnittlauchblüten dekorieren.

Rezeptinfos:

Schwierigkeitsgrad: leicht

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten

Quelle: [www.kochbar.de](http://www.kochbar.de)