



Brotzeit-Aufstrich

(für 4 Personen)

50 g geräucherter,
durchwachsener Speck

1 – 2 EL Öl

50 g Schnittlauch oder
Bärlauch (je nach Saison)

50 g Rucola

200 g Doppelrahmfrischkäse

2 – 3 EL Schmand

1 EL süßer Senf

Salz

frisch gemahlener Pfeffer

2 EL Sonnenblumenkerne

Zubereitungszeit: unter 30 Min.

Den Speck von der Schwarte befreien und in kleine Würfel schneiden. Das Öl in einer Pfanne erhitzen. Den Speck darin unter Rühren knusprig auslassen. Vom Herd nehmen und abkühlen lassen.

Schnittlauch und Rucola waschen, abtrocknen und putzen. Rucola grob hacken, Schnittlauch fein schneiden.

Frischkäse, Schmand und Senf glatt rühren. Den Speck samt Fett, Schnittlauch und Rucola unterrühren. Den Aufstrich mit Salz und Pfeffer abschmecken und kühl stellen.

Die Sonnenblumenkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Vom Herd nehmen, auskühlen lassen und den Aufstrich mit Sonnenblumenkernen bestreut servieren.

