

Grüner Kräuteraufstrich



Zutaten:

250g Brokkoli, Salz, 1 Schalotte, 3 El Olivenöl, 100g Cashewkerne, 30g glatte Petersilie, 20g Dill, 1 Beet Gartenkresse, ½ Bund Schnittlauch, Pfeffer

Zubereitung:

Brokkoli in Röschen teilen, den Strunk schälen und grob in Würfel schneiden. Röschen und Strunk in kochendem Salzwasser 3 Minuten garen. Abgießen, in Eiswasser abschrecken und abtropfen lassen.

Schalotte in feine Würfel schneiden. 1 El Öl in einer Pfanne erhitzen, Schalotten darin glasig dünsten. Cashews zugeben, kurz anrösten und beiseite abkühlen lassen. Petersilienblätter und Dillspitzen von den Stielen zupfen. Kresse mit der Schere vom Beet schneiden. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden.

Restliches Öl, Brokkoli, Schalotten, Cashews, Petersilie und Dill im Blitzhacker sehr fein pürieren. Kresse und Schnittlauch unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und in verschließbare Gläser füllen. Hält im Kühlschrank ca. 2 Wochen.

Gutes Gelingen ☺