



Sigrids Kräuterzauber

Kräuterbrotaufstrich



<i>2</i>	<i>Hand voll</i>	<i>Gänseblümchen, Blüte und Blätter</i>
<i>1</i>	<i>Hand voll</i>	<i>Sauerampferblätter</i>
<i>1</i>	<i>Hand voll</i>	<i>Scharbockskrautblätter</i>
<i>1</i>	<i>Stück</i>	<i>Zwiebel</i>
<i>1</i>	<i>Stück</i>	<i>Knoblauchzehe</i>
<i>2 - 3</i>	<i>EL</i>	<i>Olivenöl</i>
<i>200</i>	<i>g</i>	<i>Frischkäse</i>
<i>1</i>	<i>TL</i>	<i>Zitronensaft</i>
		<i>Salz und Pfeffer nach Geschmack</i>

Die Kräuter waschen und abtropfen lassen, dann klein hacken.

Die Zwiebeln und den Knoblauch fein würfeln.

*Dieses alles zusammen in dem Olivenöl 2 – 3 Minuten andünsten.
Anschließend unter den Frischkäse mischen und mit dem Zitronensaft, Salz
und Pfeffer abschmecken.*