

Gänseblümchenaufstrich



Bereich: Ernährung
Kategorie: Aufstriche

Alter: 1-3, 3-5, 5-6, 6-7,
7-8

Küchengeräte

1 Rührschüssel
Rührlöffel
Schneidbretter
Gemüsemesser
Streichmesser
Zwiebelhacker

Zutaten

250 g (1 1/3 cup - 9 oz) Topfen/Quark
Etwas Olivenöl
1 Zwiebel
2 (Kinder-)Hände voll Gänseblümchen
1 (Kinder-)Hand voll Kresse
1 EL (1 tablespoon) Zitronensaft
Salz
Pfeffer

Zubereitung



1. Waschen:

- Die Stängel der **Gänseblümchen** abzupfen.
- **Gänseblümchen** und **Kresse** gut waschen.



2. Hacken:

- Zwiebel fein hacken.
- Kräuter fein hacken.



3. Topfenmasse (Quarkmasse) rühren:

- Topfen (Quark) und Olivenöl verrühren.



4. Würzen:

- Mit Salz und Pfeffer je nach Geschmack würzen.
- Zitronensaft dazugeben.



4. Genießen:

- Auf Schwarzbrote streichen.
- Mit Gänseblümchen und Kresse garnieren.

Text: Luise Hosp-Hermann

Fotos: W. Retlaw