|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Aufstrich/Diverses | | |  |  | Namaz/razno | | |
| **Linsen-Hummus** | | |  |  | **Lečin humus** | | |
|  | | |  |  |  | | |
| **Zutaten:**  100 g rote Linsen, 200 g Gemüsebrühe und 1 Lorbeerblatt / einige Eiswürfel, 1 Stk. Knoblauchzehe, ¼ TL Kurkuma,  Saft ½ Zitrone, ½ TL Kreuzkümmel, 1 EL Olivenöl (nach Wunsch gehackte Petersilie)  **Topping:**  Schwarzer Sesam, Olivenöl oder von »justspices« Hummus Topping | | |  |  | **Sestavine:**  100 g rdečih leč, 200 g zelenjavne juhe in 1 lovorov list / nekaj ledenih kock, 1 strok česna, ¼ žličke kurkume, sok ½ limone, ½ žličke mlete rimske kumine, 1 žlica olivnega olja (po želji sesekljan peteršilj)  **Toping (preliv, premaz):**  Črni sezam, olivno olje ali »just spices« Hummus Topping | | |
|  | | |  |  |  | | |
| 2. | Linsen in Gemüsebrühe weich kochen.  Linsen abseihen, mit Eiswürfel, Olivenöl, Gewürzen und Knoblauch cremig mixen und abschmecken | 15  10 |  | | 2. | Leče skuhaj v zelenjavni juhi do mehkega.  Odcedi, z ledenimi kockami in začimbami penasto zmelji in stepi ter okusno začini | 15  10 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Kürbiskernaufstrich** | | |  |  | **Namaz z bučnimi semeni** | | |
|  | | |  |  |  | | |
| **Zutaten:**  250 g Speisetopfen, 5 EL kalt gepresstes Kürbiskernöl, Salz, Pfeffer, 1 Zehe Knoblauch, 50 g geröstete, gehackte Kürbiskerne | | |  |  | **Sestavine:**  250 g skute, 5 žlic bučnega olja, sol, poper, 1 strok česna, 50 g prepraženih, grobo sesekljanih bučnih semen | | |
|  | | |  |  |  | | |
| 1.  2.  3. | Speisetopfen mit Kürbiskernöl glatt verrühren.  Aufstrich pikant würzen und abschmecken, mit der Hälfte der Kürbiskerne vermengen.  Dekorativ in Schälchen oder auf Teller aufdressieren, mit den restlichen Kürbiskernen bestreuen. | 5  5  5 |  | | 1.  2.  3. | Gladko zmešaj skuto in bučno olje.  Okusno začini, okusi, dodaj polovico bučnih semen.  Dekorativno dresiraj v skodelice ali na krožnik, potresi z ostalimi semeni. | 5  5  5 |