|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 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 | 1510 |  | 2. | Leče skuhaj v zelenjavni juhi do mehkega.Odcedi, z ledenimi kockami in začimbami penasto zmelji in stepi ter okusno začini | 1510 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **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. | 555 |  | 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. | 555 |