

# Mediterraner Brotaufstrich / Dip mit essbaren Schälchen



Rezept und Foto von Hülya Braun

## **Zutaten für die essbaren Schälchen:**

350 gr Mehl

75 ml Wasser

50 ml Öl

1 Ei

1 Esslöffel Sesam

1 Esslöffel Schwarzkümmel

Gehackter Dill

Getrocknete Tomaten

1 Teelöffel Salz

Zubereitung der essbaren Schälchen:

Dill und getrocknete Tomaten im MULTIZERKLEINERER klein haken.

Erst Mehl dann alle anderen Zutaten in Rührschüssel mit K-HAKEN auf Stufe 2-3 ca 5 Minuten kneten.

Den Teig in Frischhaltefolie packen und 1 Stunde im Kühlschrank ruhen lassen

Dann mit der Nudelwalze zum Schluss Größe 4 Kreise oder Sterne ausstechen.

In Muffinsform bei 200 Grad knusprig backen.

Tipp: Bei Auswalzen auf Stufe 7 kann man mit dem gleichen Teig ganz leckere Brotchips backen.



Fotos: Hülya Braun

### **Zutaten – Basis Rezept für Brotaufstrich**

200 gr Tomatenmark

100 Gramm Paprikamark süß

50-100 gr Gehackte oder gemahlene Walnüsse

2 Zehen Knoblauch

1 Esslöffel Schwarzkümmel

1 Esslöffel Bockshornklee gemahlen (Çemen )

1 Teelöffel Çiğköfte Gewürz oder ....gemahlene Kümmel, scharfe Paprika, Pfeffer

Kein Salz oder nur sehr wenig zum abschmecken (Paprikamark ist

salzig)

### **Zubereitung Brotaufstrich:**

Walnüsse in der Gewürzmühle grob oder fein nach belieben hacken.

Knoblauch pressen

Alle Zutaten in die Rührschüssel geben und mit K-Hacken auf Stufe 2 ca 3-4Minuten

Kneten und abschmecken.

Ergibt ca 360-400 gr, 200 gr davon weg legen.

Den Rest auf drei Portionen aufteilen und mit den Zutaten der anderen Brotaufstrichen vermischen (ggf. im Multizerkleinerer mit Messer)

### **Zutaten andere Brotaufstriche:**

1x 200 Gramm Schafskäse +60-80 Gramm Basis Aufstrich

1x 250 Gramm Butter+60-80 Gramm Basis Aufstrich

1 x 1-1,5 Avocados+60-80 Gramm Basis Aufstrich

### **Zutaten Kräuterbutter:**

1x250 Gramm Butter

2 Knoblauchzehen

1 Päckchen 8 Kräuter

1/2 Teelöffel Salz

Tipp:

Ich friere kleine Portionen erst auf Folie dann die kleinen Portionen in verschlossene Gefrierbehälter oder Tüten. So kann man sie bei Bedarf 2 Stundenvor dem Essen rausholen.

---

# Tahini

Rezept aus unbekanntem Quellen

läßt sich super in der Gewürzmühle herstellen

## **Zutaten:**

Hand voll Sesam ( weiß, geschält)

etwa 2 Eßlöffel Sesamöl ( je nach beliebiger Konsistenz)

## **Zubereitung:**

Sesam in der Pfanne goldig bräunen. Achtung: brennt leicht an bzw. wird leicht dunkel und somit bitter. Der Sesam wird dadurch etwas feucht, weil das Öl raus kommt.

Dann mit dem Sesamöl in die Gewürzmühle geben und immer wieder pürieren und wieder aufschütteln, pürieren.

Kann auch mit Salz abgeschmeckt werden.