

Kernoel Topfen Aufstrich

4 Scheiben Bio Mühlenmöhrl
4 EL steirische Kürbiskerne
250 g Speisequark 40 %
Etwas Salz
Steirisches Kürbiskernöl



4 EL Kürbiskerne in der Pfanne mit etwas Öl goldbraun rösten und mit Salz würzen. Leicht abkühlen lassen.

1 EL der Kürbiskerne entnehmen und grob hacken. Zusammen mit 1-2 Teelöffel Kürbiskernöl unter den Quark rühren und Quark mit Salz würzen.

Brotscheiben mit dem Quark bestreichen und restliche Kürbiskerne darauf verteilen.

TIPP:

Dazu passt ein knackiger Gurkensalat, der ebenfalls wunderbar mit Kürbiskernöl verfeinert werden kann.