



Feta-Aufstrich mit Peperoni

Zeit gesamt
15min

Zubereitungszeit
15min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Pinienkerne	2 EL
Peperoni, eingelegt	100 g
Rosinen	20 g
Feta	200 g
Wasser	4 EL
Oregano, getrocknet	0.5 TL
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Olivenöl	2 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

hohes Gefäß, kleine Pfanne, Sieb, Pürierstab

1. Eine Pfanne bei niedriger Stufe erhitzen. Pinienkerne unter Schwenken darin fettfrei ca. 2–3 Min. goldbraun rösten und beiseitestellen. Peperoni in ein Sieb abgießen, Strunk entfernen und fein hacken. Rosinen ebenfalls fein hacken.
2. In ein hohes Gefäß Feta grob zerbröseln und zusammen mit 4 EL Wasser fein pürieren. Peperoni, Oregano und Rosinen unterheben und mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken.
3. Feta-Aufstrich mit Peperoni in eine Schüssel geben und mit Olivenöl und Pinienkernen garniert servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Dazu passt ein Ciabatta.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	214 kcal
Kohlenhydrate	7 g
Eiweiß	8 g
Ballaststoffe	0 g
Fette	17 g