

Kürbiskernaufstrich mit Skyr

Zutaten für den Kürbiskernaufstrich:

100 g Kürbiskerne

500 g Skyrjoghurt (Alternativ geht auch Topfen)

250 g Creme fraiche

1 Knoblauchzehe

45 ml Kürbiskernöl

1,5 TL Salz

Pfeffer



Die Kürbiskerne werden im Multizerkleinerer gemahlen. Knoblauchzehe pressen. Das Skyr mit der Creme fraiche klumpenfrei anrühren. Gemahlene Kürbiskerne und Knoblauchzehe hinzufügen. Kürbiskernöl einrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Tipp: Ein paar ganze und gemahlene Kürbiskerne für die Dekoration aufbewahren.

