

Rauchig würziger Kidneybohnenaufstrich

Zutaten

1 Dose gegarte Kidneybohnen (*Abtropfgewicht 240g*)

1 kleine Zwiebel

2 Knoblauchzehen

1 EL Tomatenmark

1 1/2 EL dunkles Tahin (*Sesammus*)

1 EL Olivenöl

1/2 EL Rauchpaprikapulver *oder Paprikapulver süß*

1 TL Oregano, *getrocknet*

1 TL Petersilie, *getrocknet*

1/2 TL Kreuzkümmel, *gemahlen*

Rauchsatz nach Geschmack

schwarzer Pfeffer, *gemahlen*

etwas Chilipulver

Zubereitung

Zwiebel schneiden, Knoblauch hacken und in Olivenöl glasig anbraten. Kidneybohnen in einem Sieb durchwaschen und gut abtropfen lassen und nun gemeinsam mit allen anderen Zutaten in einem guten Standmixer fein pürieren und anschließend abschmecken. In einem verschlossenen Behälter im Kühlschrank etwas kühl stellen und am besten zu Bauernbrot servieren.