

Grünkern-Brotaufstrich

Zutaten



125 Gramm Grünkernschrot



375 ml Wasser



1 Lorbeerblatt



3 kleine Zwiebeln

Grünkern-Brotaufstrich



1 Teelöffel Thymian



1 Teelöffel Majoran



1 Teelöffel Butter



1 1/2 Brühwürfel

Grünkern-Brotaufstrich

Zubereitung



Topf auf den Herd stellen und
Herdplatte auf höchste Stufe einschalten



Wasser in den Topf gießen



Brühwürfel in den Kopf geben



Lorbeerblatt in den Topf geben

Grünkern-Brotaufstrich



Zwiebeln schälen



Zwiebeln klein hacken



Zwiebeln in die kochende Brühe geben



Deckel auf den Topf legen

Grünkern-Brotaufstrich



Herd auf mittlere Stufe zurückschalten und Inhalt 3 Minuten köcheln lassen



Grünkernschrot in den Topf geben



Thymian in den Topf geben



Majoran in den Topf geben

Grünkern-Brotaufstrich



alles miteinander verrühren



Deckel schließen



Herd ausschalten



alles 30 Minuten quellen lassen

Grünkern-Brottaufstrich



Lorbeerblatt aus dem Topf nehmen



Butter in den Topf geben



alles umrühren



fertig!

Guten Appetit!