

Bohnenerdnußaufstrich

von Achim Stößer (achim-stoesser.de)

- 1 T gekochte weiße Bohnen
- 1 EL Erdnußmus
- 2 EL Hefeflocken
- 1 TL Currypulver
- 1 Msp Salz

- Alle Zutaten gründlich pürieren.

Variante: 2 TL Senf mitpürieren.