

Veganer Brotbelag



Zutaten:

- 100g Kichererbsen – eingeweicht über Nacht
- 380 ml Wasser
- 2 Zehen Knoblauch
- ½ Zwiebel
- Salz, Pfeffer
- 2 EL Zitronensaft
- 2 EL Hefeflocken



Zubereitung:

- Eingeweichte Kichererbsen abtropfen lassen.
- Alle Zutaten pürieren bis keine Stückchen mehr enthalten sind.
- Die Masse in einen Topf geben, aufkochen lassen und bei reduzierter Hitze köcheln lassen. Dabei ständig umrühren damit nichts anbrennt.
- Wenn eine zähflüssige Konsistenz entstanden ist, die Masse in einen Behälter füllen. Wer mag kann noch gehackte Kräuter unterrühren.
- Den Behälter in den Kühlschrank stellen und mindestens 2 Stunden kühlen.
- Den Brotbelag innerhalb einer Woche verbrauchen.

