

## Rezept aus „So isst Österreich besser“

Foto: ORF/ON-Media



### Aufstriche

Rezept von Max Stiegl

#### Zutaten Hummus:

500 g Kichererbsen  
3 Stk Zitronen  
3 Knoblauchzehen  
Garam Masala  
Sesamöl  
Salz und Pfeffer

#### Zubereitung Hummus:

Die Kichererbsen über Nacht einweichen und am nächsten Tag weichkochen. Anschließend mit Salz, Pfeffer und Garam Masala in den Mixer geben, mit frisch gepresstem Zitronensaft und einem Schuss Sesamöl zu einer cremigen Masse pürieren.

#### Zutaten Heurigenaufstrich „Liptauer Art“:

500 g Topfen  
50 g Mayonnaise  
20 g Essiggurken  
20 g Paprikapulver  
10 g Kapern  
1 Stk Zitrone  
1 Stk Zwiebel  
Senf  
Salz und Pfeffer

Quelle: ORF extra

### Zubereitung Heurigenaufstrich „Liptauer Art“:

Topfen mit Mayonnaise und Senf verrühren. Die restlichen Zutaten fein hacken und unterheben. Mit Paprikapulver, Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Der Liptauer sollte ein paar Stunden durchziehen, bevor man ihn genießt. Liptauer gibt es von mild bis würzig-scharf. Wer den Aufstrich kräftiger mag, kann das edelsüße ganz oder teilweise durch scharfes Paprikapulver ersetzen.

### Zutaten Ei-Aufstrich

300 g Topfen  
150 g Sauerrahm  
8 Stk Eier  
Schnittlauch  
Senf  
Salz und Pfeffer

### Zubereitung Ei-Aufstrich

Eier 10 min kochen, abschrecken, schälen und fein hacken. Mit den übrigen Zutaten verrühren und kurz durchziehen lassen.