

Osterjause (von Seminarbäuerin Elisabeth Lust-Sauberer)

Eierkren

4 Eier, Kren, 3 EL Sauerrahm, 1 EL Essig, 1 EL Senf, Salz, Pfeffer, Vogelmiere oder frischen Schnittlauch zum Drüberstreuen.

Die gekochten Eier schälen und hacken. Zu den Eiern am besten frisch gerissenen Kren (nach Geschmack), Sauerrahm und die Gewürze dazu mengen. Mit frischen Kräutern servieren.

Tipp: Ich reiße auch sehr gerne einen kleinen Apfel in den Aufstrich.

(Oster)schinkenaufstrich

3 hart gekochte, geschälte Eier, ca. 350 g Osterschinken oder Ostergselchtes, 3 eingelegte Pfefferoni, 5 Essiggurkerl, 500 g Topfen (mindestens 20./.) 2 EL Senf, Salz, Kren, Pfeffer.

Eier hacken, Schinken, Gurkerl und Pfefferoni hacken – Topfen cremig rühren und mit den restlichen Zutaten vermengen.

Tipp: Man kann auch die halbe Menge des Topfens mit gekochten, gepressten Erdäpfel ersetzen.

Linsenaufstrich (vergan)

100 g Linsen, 3 -4 EL Sonnenblumenöl, 1 TL Zitronensalz, 1 TL geräucherten Paprika, Linsen waschen und weich kochen (oder aus der Dose).

Linsen, Öl, Zitronensaft und Gewürze mit dem Stabmixer mixen, bis eine cremige Konsistenz entsteht. Ist er zu fest, dann noch etwas Öl dazu gießen. Pikant abschmecken.

Bärlauchbutter

250 g Butter, 2 Handvoll gehackten Bärlauch, 1 EL Senf.

Würzen nach Geschmack. Butter mit dem Mixer gut aufschlagen danach den gehackten Bärlauch dazu geben und abschmecken.

Tipp: Schmeckt auch besonders gut mit Veilchen!