

**Kochen****Melina Ebert****Montag, 21.10.2024****Kürbiskern-Aufstrich****Zutaten**

90g Kürbiskerne

7g Petersilie

Saft einer halben kleinen Zitrone

40ml Leinöl

½ TL jodiertes Salz

etwas Pfeffer

**Zubereitung**

1. Die Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fett rösten.
2. Petersilie waschen und trockenschütteln.
3. Alle Zutaten im Mixer feinmixen.