

# Recepten voor groentespreads

## Paprika spread

### Ingrediënten

- 1 rode paprika
- ½ stengel bleekselderij
- 1 bosuitje
- 100 g hüttenkäse
- Citroensap
- Paprikapoeder

### Bereiding

1. Maak de groente schoon. Hak de groente met een staafmixer of in de keukenmachine klein.
2. Meng de groente door de hüttenkäse en maak de spread op smaak met een beetje citroensap en paprikapoeder.

## Doperwtjesspread

### Ingrediënten

- 100 gram doperwtten (diepvries)
- 2 bosuitjes
- 1 theelepel geraspte mierikswortel (potje)
- 150 ml dikke halfvolle yoghurt (bijv. standyoghurt, beker)

### Bereiding

1. Kook de doperwtjes in een bodempje water gaar en laat ze afkoelen.
2. Maak de bosuitjes schoon en snijd ze in stukken.
3. Pureer de doperwtjes met de bosuitjes en de mierikswortel met een staafmixer.
4. Klop de yoghurt erdoor.

### Variatie

Vervang de yoghurt door hüttenkäse.

## Auberginetapenade

### Ingrediënten

- 1 aubergine
- 1 kleine rijpe tomaat
- ½ teentje knoflook
- 10 blaadjes basilicum
- 1 eetlepel olijventapenade

### Bereiding

1. Was de aubergine en verwijder het groene kroontje. Prik de aubergine aan alle kanten in met een vork. Leg de aubergine in een braadpan en sluit af met een deksel. Pof de aubergine op matig vuur in ca. 20 minuten gaar. De schil zal donker zijn geworden.
2. Laat de aubergine in de gesloten pan afkoelen. Schep het vruchtvlees uit de schil.
3. Was de tomaat en rasp of hak hem fijn.
4. Pers het halve teentje knoflook uit.
5. Was de basilicum en knip de blaadjes klein.
6. Meng de tomaat, de knoflook en de tapenade door de auberginepuree en maak het op smaak met wat peper.
7. Rooster eventueel het brood. Besmeer de boterhammen met halvarine en verdeel de tapenade erover.