

# Tomatenaufstrich (vegan)



## Zutaten für 3-4 Personen (ca. 180 g):

140 g Tomatenmark  
1/2 Zwiebel  
1 Knoblauchzehe  
1-2 EL Olivenöl  
Salz, Pfeffer aus der Mühle  
2 EL frisch gehacktes Basilikum

1. Zwiebeln und Knoblauch abziehen und fein würfeln. In einer beschichteten Pfanne glasig anschwitzen, ohne dass die Würfel Farbe annehmen.

2. Tomatenmark zugeben und etwa 5 Minuten bei mittlerer Hitze anrösten. Mit einer Messerspitze Salz und mit reichlich Pfeffer aus der Mühle würzen.

3. Abkühlen lassen. Vor dem Servieren Basilikumblättchen zupfen und in feine Streifen schneiden. Mit einer Gabel unterheben.

## Hinweise:

Eignet sich als Vorspeise auf Baguette oder auch dunklem Bauernbrot.

Ohne die Basilikumblättchen kann man den Aufstrich einige Tage mit Folie abgedeckt im Kühlschrank aufheben.

Für Appetithäppchen serviert man den Aufstrich auf kleinen runden Brotscheiben mit einem Blättchen Basilikum als Dekoration.

## Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 15 min, Gesamtzeit ca. 45 min, Grundrezepte, Aufstriche, vegan, mediterran

Rezeptanregung: Marie-Christin im Mai 2015  
Anpassung und Foto: Walter  
Stand 21.01.2023