



Veganer

Leberwurstaufstrich



2 Portionen



Ca. 10 Min

ZUTATEN

75 g Räuchertofu

70 g Kidneybohnen

1 Frühlingszwiebel

1 EL Rapskernöl

1 TL getrockneter Majoran

1/2 TL getrockneter Thymian

1 TL Salz

Prise schwarzer Pfeffer

1 TL weißer Balsamicoessig

1 TL Agavendicksaft

1 EL Bratolivenöl

WISSEN



Warum sagen wir zu jemandem der beleidigt ist: "Du beleidigste Leberwurst"?

Beleidigte Leberwurst ist eine deutsche Redewendung.

Im Mittelalter gingen die Menschen davon aus, dass alle Gefühle in unserer Leber (Organ) entstanden. Daher sprach man im Fall einer Kränkung von einer "beleidigten Leber".

Die Wurst entstand durch eine Erzählung, in welcher die bis zu letzt im Topf bleibende Leberwurst im Kochtopf platzt. Ist jemand beleidigt, dann fühlt er sich oft auch so wütend,

als ob er platzen könnte. Wie die Wurst im Kochtopf. Die Redewendung "Du beleidigste Leberwurst", entstand.

ZUBEREITUNG

1. Frühlingszwiebel in Ringe schneiden und in 1 EL Bratolivenöl anbraten bis sie glasig sind
2. Thymian & Majoran hinzufügen und nochmals 1 Minute mitbraten. Dabei gelegentlich umrühren
3. Alle Zutaten miteinander vermischen, 3-4 EL Wasser hinzufügen und mit dem Stabmixer zu einer feinen Creme pürieren
4. Füge noch etwas Wasser hinzu, wenn Du die vegane Leberwurst noch feiner magst

*Der Aufstrich hält ca. 1 Woche gekühlt im Kühlschrank