

- Rezept der Woche -

## Pastinaken-Creme mit Thymian

### Für die Brotzeit

- 150 g Pastinaken
- 100 g weiße Bohnen aus der Dose
- 1,5 EL Sonnenblumenkerne
- ½ EL Olivenöl
- 1 EL Parmesankäse
- ½ TL Knoblauchpulver
- ½ TL Salz
- 2 EL Zitronensaft
- 2 TL Thymian, Blätter gezupft

### Zubereitung

- Pastinake schälen und in grobe Stücke schneiden
- In einem Topf mit reichlich Salzwasser bei mittlerer Hitze ca. 15 Min garkochen
- Pastinaken zusammen mit den übrigen Zutaten, außer Thymian, fein pürieren
- Zum Schluss Thymianblätter unterheben. Nach Geschmack den Aufstrich mit einem Schuss Zitronensaft abschmecken.

**Tipp: Der Aufstrich schmeckt am besten, wenn er über Nacht im Kühlschrank ziehen konnte.**

**Guten Appetit!**