

Vegane Kräuterbutter

Zutaten für etwa 250 g

- 250 g vegane Butter oder Margarine | Zimmertemperatur
- 1 Bund Petersilie oder Schnittlauch, oder im Mix | alternativ: getrocknete Kräuter
- 1/2 TL Knoblauchpulver | alternativ: 1 kleinere geriebene Knoblauchzehe
- 1 kleinere Zwiebel
- Salz
- Pfeffer

Hilfsmittel:

- Rührlöffel
- Schüssel
- Küchenmesser

Nährwertangaben pro 100 g: 537 kcal | 2 g KH | 1 g E 58 g F

Abkürzungen: g = Gramm | TL = Teelöffel | KH = Kohlenhydrate | F = Fett | E = Eiweiß | kcal = Kalorien

Zubereitung

- 1. Frische Kräuter vorbereiten:** Petersilie und Schnittlauch säubern und fein hacken. Solltest du getrocknete Kräuter verwenden, kannst du diesen Schritt überspringen.
- 2. Zwiebel vorbereiten:** Die Zwiebel schälen und fein hacken.
- 3. Kräuterbutter zubereiten:** Die vegane Butter in eine Schüssel füllen, die Kräuter und die gehackte Zwiebel dazugeben und alles miteinander vermengen. Abschließend die vegane Kräuterbutter mit Salz und Pfeffer abschmecken und bis zum Verzehr im Kühlschrank kaltstellen.

Du hast etwas nachgemacht?



Zeig es uns auf Instagram mit

@waf.foodies oder #waffood #wafvegan
#wafveggie #wafkochen #wafbacken

Haltbarkeit und Aufbewahrung

Die Kräuterbutter verschlossen im Kühlschrank aufbewahren und innerhalb von etwa 7 Tagen verzehren.

