

**Kochen****Sven Bach****Montag, 09.10.2023****Hokkaido-Frischkäse-Aufstrich****Für 6 Portionen****Zutaten:**

900 g Hokkaidokürbis  
1 Zwiebel  
2 EL Rapsöl  
150-300 ml Gemüsebrühe (ohne Zusatzstoffe: Hefeextrakt, etc.)  
3 EL Tomatenmark  
Thymian nach Belieben  
3 TL Zitronensaft  
1 TL Zitronenabrieb  
450 g Körniger Frischkäse  
Salz, Pfeffer

**Zubereitung**

1. Den Kürbis waschen und in kleine Würfel schneiden. Zwiebel fein würfeln.
2. Die Zwiebel in 2 EL Rapsöl glasig dünsten. Die Kürbiswürfel hinzugeben und ca. 10-15 Min. weich dünsten. Immer wieder mit etwas Gemüsebrühe angießen und nach ca. 5 Min. 3 EL Tomatenmark hinzugeben.
3. Währenddessen den Thymian waschen und fein hacken. Zitrone abreiben und etwas Saft pressen.
4. Wenn die Kürbiswürfel weich sind, den Thymian, Zitronenabrieb und den Zitronensaft unter die Kürbismasse mengen.
5. Die Kürbismasse abkühlen lassen und mit dem körnigen Frischkäse vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Der Aufstrich passt hervorragend zu Roggen-, Dinkel- oder Kartoffelbrot.