



Vorspeise

# Mediterranes Zupfbrot

mit pikantem Olivenöl

🕒 20 min Zubereitungszeit

🕒 25 min Kochzeit

🔥 1.115 kcal pro Portion

•• Mittel

🌱 Vegan



## Zutaten

2 Portionen

1 Dose Aufbackbrötchen

30 g getrocknete Tomaten

30 g Oliven, schwarz

30 g Pinienkerne

0,50 Bund Basilikum

100 g veganer Reibekäse

2 El pflanzliche Margarine

2 Knoblauchzehen

1 Chilischote

4 Zweige Thymian

4 El Olivenöl

1 Prise Meersalz zum Würzen

## Zubereitung

- 1 Getrocknete Tomaten, Oliven und Pinienkerne klein hacken. Basilikum sehr fein hacken. Zusammen mit der Hälfte des Reibekäses in einer Schüssel vermengen. Margarine in einem kleinen Topf zerlassen und mit in die Schüssel geben. Die Aufbackbrötchen jeweils vierteln. Zusammen mit der Mischung in der Schüssel vermengen.
- 2 Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Brötchenstücke eng aneinander auf ein Backblech mit Backpapier legen. Restlichen Reibekäse darüber verteilen. Im Ofen ca. 20–25 Min. backen.
- 3 Knoblauch und Chilischote in sehr feine Würfel schneiden. Thymian fein hacken. Zusammen mit dem Olivenöl in einem kleinen Topf auf sehr kleiner Hitze ca. 5 Min. erhitzen. Dabei immer wieder rühren. Anschließend abkühlen lassen. Zum Schluss eine gute Prise Meersalz unterrühren.
- 4 Zupfbrot zusammen mit dem pikanten Olivenöl anrichten und servieren.

# Nährwerte

	<b>pro 100g</b>	<b>pro Portion</b>
Brennwert	1.256kJ /302kcal	4.644kJ /1.115kcal
Fett	25g	89g
davon gesättigte Fettsäuren	5g	15g
Kohlenhydrate	13g	46g
davon Zucker	2g	5g
Eiweiß	9g	31g
Salz	2g	5g