

Kochen

Zupf-Brot mit Käse und Kräutern

Feiner Fingerfood – leicht gemacht: Das lauwarmer Zupfbrot gefüllt mit einer Käse- und Kräutermischung hat Suchtpotenzial!

EIGENSCHAFTEN

 VEGETARISCH

ZEITAUFWAND

KOCH-/BACKZEIT 25 MIN

VORBEREITUNGSZEIT 20 MIN



ZUTATEN

 FÜR 6–8 PERSONEN zum Apéro

2 Knoblauchzehen

1 Bund Frühlingszwiebel

2 Bund gemischte Kräuter, z.B. Petersilie, Basilikum, Kerbel,

Dill usw.

200 g Gruyère AOP

200 g Frischkäse

Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Paprikapulver

1 Bauernbrot ca. 500 g

NÄHRWERT

Pro Portion

20 g Eiweiss

23 g Fett

43 g Kohlenhydrate

468 g kKalorien

ZUBEREITUNG

- 1 Den Knoblauch schälen und fein hacken. Die Frühlingszwiebeln mitsamt Grün in feine Scheibchen bzw. Ringe schneiden. Die Kräuter hacken. Den Käse entrinden und an der Röstiraffel reiben.
- 2 In einer Schüssel alle vorbereiteten Zutaten sowie den Frischkäse mischen. Die Masse mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen.
- 3 Den Ofen auf 180 Grad vorheizen.
- 4 Das Brot in Abständen von etwa 2 cm jeweils etwa 6 cm tief einschneiden. Dann das Ganze in der entgegengesetzten Richtung wiederholen, sodass das Brot am Ende quasi in Würfeln eingeschnitten ist. Nun die Füllung in die Einschnitte verteilen und möglichst satt hineindrücken. Das Brot auf ein mit Backpapier belegtes Blech setzen.
- 5 Das Brot im 180 Grad heissen Ofen auf der zweituntersten Rille 25 Minuten backen. Noch heiss servieren.