

## **Tofu-Sonnenaufstrich für 2 Portionen:**

### Zutaten:

100g Seidentofu

2 El Tomatenmark

20g Sonnenblumenkernmus

2 El Petersilie

Salz, Pfeffer, Paprika scharf nach Geschmack

### Zubereitung:

Seidentofu, Tomatenmark und Sonnenmus in einem hohen Gefäß pürieren. Petersilie unter die Masse geben und mit den Gewürzen abschmecken.

