



## Apfel trifft trifft Vegane Leberwurst

125 g abgetropfte, gekochte Kidneybohnen  
2-3 Champignons  
50 g Tofu  
1 Knoblauchzehe  
Salz, Pfeffer  
Rauchpaprika  
Majoran

1 Apfel, z. B. Elstar  
Etwas Olivenöl  
Chili-Limetten-Salz  
Gomasio



Folgt uns auf  [rechtfrucht](https://www.instagram.com/rechtfrucht)

Als erstes die Knoblauchzehe schälen und in Scheiben schneiden, die Champignons putzen und klein schneiden, den Tofu würfeln.

Dann den Knoblauch mit den Champignons und den Tofuwürfeln in etwas Olivenöl anbraten, mit Rauchpaprika würzen.

Anschließend die Kidneybohnen mit den angebratenen Zutaten im Mixer zu einer cremigen Masse verarbeiten und mit Majoran, Salz und Pfeffer abschmecken. (Alternativ geht's auch mit einem Pürierstab)

Noch kurz den Apfel waschen, vom Kerngehäuse befreien, in dünne Spalten schneiden, in etwas Olivenöl anbraten und mit Chili-Limetten-Salz und Gomasio würzen.

Nun die Vegane Leberwurst auf's Brot oder Brötchen streichen und mit den pikanten Apfelspalten garnieren. Es schmeckt sowohl mit warmen Apfelspalten als auch kalt.

Wir wünschen eine genussvolle Brotzeit!

Im Kühlschrank ist der Aufstrich einige Tage haltbar.



[www.recht-frucht.de](http://www.recht-frucht.de)