



# Bio Kräuter- Hefeflocken- Creme mit Gurkenscheiben



**Zubereitungszeit: 20 min**  
**Gesamtzeit: 50 min**  
**Schwierigkeitsgrad: leicht**

## Für vier Portionen:

- 120 g weiche Bio Butter
- 15 EL Bioreal Nährhefeflocken
- 150 g saure Bio Sahne
- ½ TL gekörnte Bio Gemüsebrühe,  
nach Bedarf mehr
- 3 EL gehackte Bio Petersilie
- 3 EL gehackte Bio Schnittlauchröllchen
- Bio Pfeffer aus der Mühle
- 1 Bio Salatgurke
- Bio Petersilie zum Garnieren



## Zubereitung:



- 1 Die Butter mit Hefeflocken, saurer Sahne, gekörnte Gemüsebrühe und den Kräutern zu einer glatten Paste verrühren.
- 2 Mit Pfeffer abschmecken und für ca. 30 Min. in den Kühlschrank stellen, damit der Aufstrich etwas fester wird.
- 3 Die Gurke waschen, in Streifen schälen und in dünne Scheiben schneiden. Anschließend zusammen mit dem Aufstrich auf Tellern anrichten und mit Petersilie garniert servieren.