

# Kräuterbutter mit Kurkuma – vegan

## Zutaten für 1 Rolle

Für die Kräuterbutter

- Frischhaltefolie

*Weitere Zutaten und Gewürze*

- 75 g weiche Pflanzenmargarine (z. B. Alsan)
- 100 ml Kokosöl
- 1 kleine Zehe Knoblauch – schälen und reiben
- 1 EL Kurkumapulver
- 1 EL Rosa Pfefferkörner
- 1 TL Kristallsalz (auf Wunsch auch mehr)
- 1 TL fein gehackte Petersilie
- 1 TL fein gehackter Thymian
- 1 TL fein gehackter Rosmarin
- 1 TL fein gehackter Liebstöckel

## Zubereitung

- Vorbereitungszeit ca. 15 Minuten
- Koch-/Backzeit ca. 2 Minuten
- Zieh-/Ruhezeit ca. 4 Stunden

Für die Kräuterbutter die Margarine und das Kokosöl abwiegen und für eine bessere Verarbeitung bereits am Vorabend in den Kühlschrank stellen.

Eine halbe Stunde vor der Verarbeitung aus der Kühlung nehmen und in eine Schüssel geben.

Anschließend mit einem festen Schneebesen glatt rühren und nach und nach alle weiteren Zutaten unterrühren, bis eine glatte Masse entsteht.

Die Masse auf einem Stück Frischhaltefolie verteilen und mit der Folie zu einer Rolle formen. Beide Enden gut andrücken oder eindrehen.

Damit die Kräuterbutter die erforderliche Festigkeit erhält, wird sie für ca. 4 Stunden in das Gefrierfach gelegt und kann danach individuell verwendet werden.

Allerdings sollte immer nur die Menge aufgeschnitten werden, die für den sofortigen Verzehr benötigt wird. Der Rest der Kräuterbutter sollte umgehend wieder in den Kühlschrank gestellt werden.

Hinweis: Taut die Butter einmal ganz auf, trennen sich die Fette von der Margarine und dem Kokosöl.

### **Nährwerte pro Rolle**

Kalorien: 1497 kcal, Kohlenhydrate: 1 g, Eiweiss: g, Fett: 161 g



### **Link zum Rezept**

<https://zdg.de/kraeuterbutter-mit-kurkuma-vegan.html>