



# Ölz Landbrot 100% Dinkel mit Erbsensmash, Radieschen & frischen Kräutern

Frisch & farbenfroh: ideal für ein leichtes Mittagessen & Picknick



## Zutaten

2 Scheiben Ölz Landbrot 100% Dinkel  
150 g grüne Erbsen (TK oder frisch, vorgegart)  
1 TL Zitronensaft  
1 EL Olivenöl  
1 EL Frischkäse oder Joghurt (optional, für mehr Cremigkeit)  
Salz & Pfeffer

-----

## Toppings:

4–5 Radieschen, halbiert / in feine Scheiben geschnitten  
Frische Kräuter nach Wahl  
Optional: etwas Feta, zerbröseln / Kürbiskernöl / Meerrettich

## Zubereitungszeit

15 min

### 1. Erbsensmash zubereiten

Erbsen in eine Schüssel geben, mit einer Gabel oder einem Pürierstab grob zerdrücken. Zitronensaft, Olivenöl und optional Frischkäse untermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

### 2. Brot rösten

Wer möchte, kann unser Ölz Landbrot 100% Dinkel bei Bedarf leicht toasten oder in der Pfanne ohne Fett anrösten.

### 3. Brot belegen

Den Erbsensmash großzügig auf die Brotscheiben streichen. Gewaschene Radieschen aufschneiden und darauf verteilen.

### 4. Garnieren

Mit frischen Kräutern, ggf. etwas grobem Meersalz, Erbsen und essbaren Blüten oder Sprossen garnieren.

### Unser Tipp:

Für etwas mehr Würze passt auch ein Hauch Meerrettich im Erbsensmash oder ein paar Tropfen Kürbiskernöl darüber – besonders lecker!

Auch etwas zerbröselter Feta passt ideal zum Brot!