

Bohnenpaste Majoran ("Lebervurst")

3 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen,
1 Zwiebel ,gewürfelt, darin glasig dünsten,
2 TL Majoran ,frisch (oder 1 TL getrocknet) dazugeben,
kurz mitdünsten lassen.
Abkühlen lassen.

Zusammen mit
200g Räuchertofu , gewürfelt,
2 Dosen Kidneybohnen , abgspült
(kleine Dosen, oder 250g trockene Bohnen
eingeweicht und gekocht)

in einen hohen Behälter geben und pürieren, mit
Petersilie , Menge nach Geschmack, fein gehackt,
Salz
Pfeffer würzen.

- Mit einem kleinen Schuss Sojasahne wird es
noch cremiger.

- Größere Mengen können problemlos eingekocht
werden. Achtung! Die Masse steigt beim
Einkochen sehr hoch. Mindestens 2cm Luft bis
zum Deckel lassen. Einkochzeit 45 Minuten bei
90 Grad.

- Tofu und Kidneybohnen durch den Wolf drehen
statt zu pürieren ergibt "grobe Lebervurst".