



Harzer Käse Brotaufstrich

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 10m
- **Zubereitungszeit:** 5m
- **Fertig in** 15m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '15', 'cook_time' : '5m', 'prep_time' : '10m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Harzer Käse, umgangssprachlich auch „Harzer Roller“ genannt, zählt zu den Frischkäsesorten, der handelsüblich nur in der Magerstufe mit unter 10 % Fett zu kaufen ist.

Er eignet sich darum besonders gut für Diäten und ist äußerst gesund. Wegen seines strengen Geruchs und Kümmelgeschmacks, ist er allerdings nicht jedermanns Sache.

Kommt in der Regel aus Niedersachsen, Sachsen, Sachsen-Anhalt und Thüringen und Hessen. Dort ist bekannteste Zubereitung der „Handkäs mit Musik“.

Auf knusprigem Bauern- oder dunklem Brot, ist er aber ein zünftiger Happen zum Glas Bier oder Wein

Zutaten

- 200 g Harzer Käse / Roller ohne weißen Kern, gut durchgereift
- 100 g weiche Butter
- 1 mittelgroße Zwiebel, gewürfelt
- 1 Tl Kümmel, grob gehackt
- 1 El Petersilie, gehackt
- 2 El Schnittlauch, gehackt
- Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Zubereitungsart

Schritt1

Den Harzer Käse zunächst würfeln und dann mit einer Tischgabel zerdrücken.

Schritt2

Die Butter, Kräuter und den Kümmel vermengen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Schritt3

Abgedeckt etwas durchziehen lassen, auf knusprigem Bauern - oder dunklem Brot üppig streichen.

Rezeptart: Deutsche Küche, Harzer Rezepte, Niedersächsisch **Tags:** harz

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/harzer-kaese-brotaufstrich/>