

# Schule und Diät

**Beitrag von „Vivi“ vom 24. April 2006 14:20**

Zitat

Nebenbei: als Butterersatz schmeckt unter Käse und Wurst auch gut Tomatenmark.

Stimmt! Am besten ist natürlich reines Tomatenmark ohne Zusätze, aber ich gebe zu, dass ich das Tomatenmark mit Würzgemüse von "Oro di Parma" unheimlich gerne mag, und zwar nicht nur als Butterersatz, sondern auch als Brotbelag an sich. Ist aber natürlich nicht so gut wie natürliches Tomatenmark, denn es enthält Zucker... 😕

Unter Wurst schmeckt übrigens auch Senf sehr lecker (in allen Variationen) oder eine Mischung aus Senf und saurer Sahne.

Ich krieg Hunger... 😄

Danke nochmals für deine Tipps, Bablin! Werd mich mal auf die Suche nach einer Kaffeemühle begeben. Sollte reichen.