



MEINE NICHTE SAGT:
"DAS BESTE WAS SIE JE GEGESSEN HAT"



Bärlauch-Pesto

Auch bei mir schaut der Bärlauch schon aus dem Boden. Ich freue mich so! Bärlauch ist für mich das Beste am Vorfrühling. Bei uns kommt der Bärlauch in frischem Salat, in Suppe und in Nudelgerichten und vor allem als Pesto auf den Tisch.

ZUTATEN:

- 100g Bärlauch
- 50g fein geraspelten Parmesan
- 3 EL Sonnenblumen oder Pinienkerne (oder Nüsse nach Wahl)
- 1 Prise Salz
- 1 Priese Pfeffer
- gutes Olivenöl für die gewünschte Konsistenz

Den Bärlauch waschen, klein schneiden, trocken schütteln und in einen Standmixer-Set geben.

Die Sonnenblumenkerne ohne Fett in einer Pfanne leicht anrösten, anschließend auskühlen lassen. Dann mit dem fein geriebenen Parmesan zum Bärlauch in das Gefäß geben. Alles auf mittlerer Stufe mixen, bis die Kerne und der Bärlauch Blätter gut vermischt sind. Alles in eine Schüssel geben und mit dem Olivenöl verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zum Schluss in saubere Gläser abfüllen.

Mindestens 14 Tage im Kühlschrank haltbar. Wenn das Öl das gesamte Pesto bedeckt, auch länger. Öl kann jederzeit nachgegossen werden