

## Pesto Grundrezept

### Ihr braucht:

- 40g Kerne oder Nüsse (z.B. Pinienkerne oder Haselnüsse)
- 100ml Öl (z.B. Olivenöl, Rapsöl oder Keimöl)
- 50g Parmesan (gerieben)
- 1 Knoblauchzehe
- 1 TL Salz und etwas Pfeffer
- 100g rohes Gemüse oder Kräuter (z.B. Bärlauch, Rucola, Basilikum oder Paprika. Wenn du es scharf magst, eignen sich auch Radieschen (inklusive der grünen Blätter). Auch Karottengrün schmeckt ausgesprochen lecker und wandert dann nicht in den Abfall.)

### So geht's:

Kräuter oder Gemüse waschen und Stiele oder Wurzelreste entfernen. Knoblauchzehe schälen und klein schneiden. Dann mit dem Salz zu einer Paste verreiben. Nüsse oder Kerne ohne Öl bei geringer Hitze in der Pfanne rösten und abkühlen lassen.

Kräuter/Gemüse, Nüsse/Kerne, Parmesan und Öl im Mixer zerkleinern. (Wird ein Pürierstab verwendet, sollten die Zutaten vorher etwas klein gehackt werden.) Knoblauchpaste unter die Masse rühren und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.

