

Bärlauchpesto



Zutaten:

Zutaten:

- 3 Bund Bärlauch (wie man es auf den Märkten üblicherweise bekommt)
- 1 1/2 Bund Glatte Petersilie
- 1/2 lt. Rapsöl oder Walnussöl
- Saft von 1-2 Zitronen
- 150 gr. Walnüsse, in einer Pfanne ohne Fettzugabe geröstet
- 150 gr. Kürbiskerne, in einer Pfanne ohne Fettzugabe geröstet
- 100 gr. geriebener Hartkäse (wer möchte kann auch Parmesan verwenden)
- Prise Zucker
- Salz nach Geschmack
- Pfeffer aus der Mühle nach Geschmack



Zubereitung

Herstellung

Die vorher gerösteten und erkalteten Walnüsse sowie Kürbiskerne in einem Mörser, oder sonstigem Gerät nicht zu klein stoßen. Bärlauch, Blattpetersilie sowie ein Drittel vom Öl mit dem Mixstab zerkleinern. Dann die zerkleinerten Walnüsse, Kürbiskerne, Käse, Zitronensaft sowie das restliche Öl einrühren. Mit Salz, Pfeffer aus der Mühle sowie einer Prise Zucker abschmecken. Vor dem ersten Gebrauch in geschlossene Behältnisse abfüllen und am besten über Nacht im Kühlschrank durchziehen lassen. Das so gekühlte Pesto hebt geschlossen locker 2-3 Wochen.