



Feldsalat-Pesto

Zutaten

für 2 Personen

- 20 g Pinienkerne
- 80g Feldsalat
- 8 El Rapsöl
- 20g Parmesankäse
- 1 TL Zitronenschale
- Salz
- Pfeffer

Besonderes Zubehör

Mixer oder Zauberstab

Schwierigkeitsgrad

Leicht

Zubereitungszeit

20 Minuten



Zubereitung

Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten, danach kurz abkühlen lassen. Den Feldsalat waschen, putzen, gut trocken schleudern und in grobe Stücke schneiden. Den Feldsalat mit Pinienkernen, Parmesankäse, Zitronenschale und dem Rapsöl ganz fein mixen. Das Pesto leicht salzen, etwas pfeffern und in ein braune Glas mit Schraubverschluss füllen. Zur besseren Konservierung das Pesto mit einer Schicht Rapsöl bedecken. Feldsalatpesto passt gut zu Nudeln. Oder als Beilage auf eine Pizza und auf getoasteten Baguette.

alternative Zutaten

Pinienkerne: Sonnenblumenkerne

Parmesankäse: alter Bergkäse, Hefeflocken

Rapsöl: Sonnenblumenöl, Distelöl