

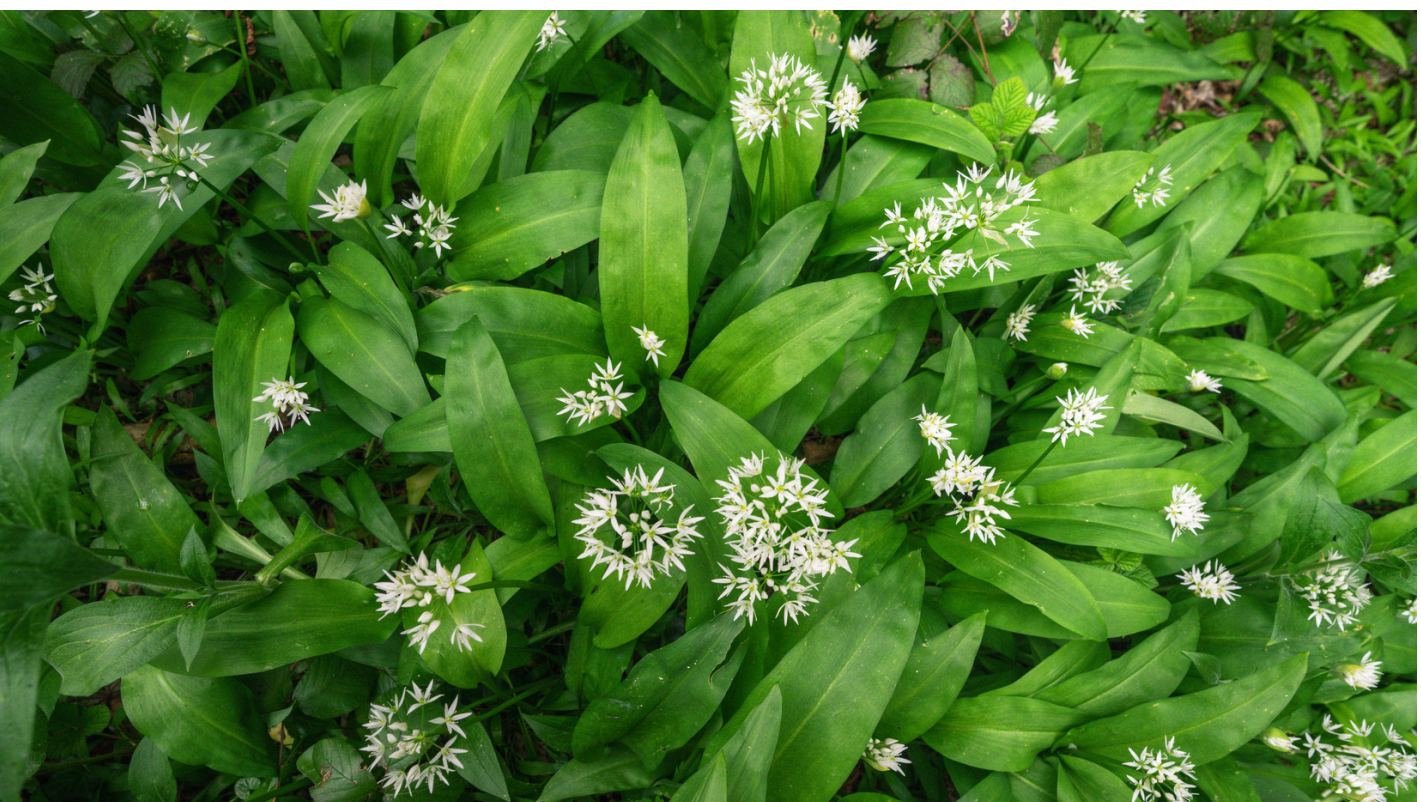
Bärlauchpesto

ZUTATEN

- 100 g Bärlauch frisch
- 70 g Olivenöl
(oder etwas mehr je nach Bedarf)
- 50 g Sonnenblumenkerne
- 50 g Parmesan
- ½ TL Salz

ZUBEREITUNG

Alle Zutaten mit dem Mixer zerkleinern bis das Pesto die gewünschte Konsistenz hat. Eventuell noch Olivenöl zufügen, wenn das Pesto noch zu dick ist. Für Liebhaber des Knoblauchgeschmacks kann noch 1 Knoblauchzehe extra dazugemixt werden. Wenn der Parmesan weggelassen wird, ist das Pesto länger haltbar.



IRMI KAISER

UNKRAUT GENUSS

&

WILDPFLANZENKÜCHE

100
Rezepte
voller
Geschmack

Mit Fotos von Jacqueline Schmidsberger

KNEIPP
VERLAG WIEN

