



www.timskitchen.de

Tim's grünes Pesto / Pesto verde

Zutaten für: 4 Personen

1	Bund	Basilikum
4	Stängel	Blattpetersilie
1	Zehe	Knoblauch
2	EL	Mandelblättchen
1	EL	Pinienkerne
50	g	Parmesan (frisch gerieben)
150	ml	Olivenöl
1/2	TL	Meersalz



Zubereitungszeit ca.: 15 Minuten

Zubereitung:

Eine beschichtete Bratpfanne bei mittlerer Hitze auf den Herd stellen und die Pinienkerne und die Mandelblättchen ohne Öl in die Pfanne geben.

Basilikum und Petersilie waschen und mit Küchenpapier trockentupfen. Beides in den Mixer geben.

Die Mandelblättchen und Pinienkerne durch schwenken und rösten bis sie gut angebräunt sind. Achtet darauf, dass sie nicht verbrennen, sonst wird das Pesto später bitter. Wenn die Pinienkerne und Mandelblättchen so weit sind, stellt die Pfanne zur Seite und lasst sie abkühlen.

Schält den Knoblauch und gibt ihn mit den abgekühlten Mandeln und Pinienkernen in den Mixer.

Achtet immer darauf, erst die leichten Sachen in den Mixer zu geben, dadurch werden die einzelnen Komponenten später besser vermengt. Das gilt auch bei Smoothies und sämtliche im Mixer zubereiteten Gerichte.

Nun reibt den Parmesan und gibt ihn ebenfalls in den Mixer.

Jetzt folgt noch eine gute Prise Meersalz und das Olivenöl. Bei dem Olivenöl solltet ihr ein Olivenöl extra vergine verwenden, welches nicht zu dominant oder pfefferig im Geschmack ist.

Schaltet nun den Mixer auf Intervall-Mixen und in ca. 2 Minuten ist euer unglaublich leckeres Pesto fertig.

Wenn ihr das Pesto nicht gleich verwendet, könnt ihr es ein paar Wochen in einem verschlossenen Glas im Kühlschrank aufbewahren.

Lasst es Euch schmecken!