

Pesto

Für 4 Personen

Für das Pesto Genovese:

120 g Pinienkerne	150 g Basilikum	120 g Parmesan
2 Knoblauchzehen	1 TL Salz	240 ml Olivenöl

Pesto vom Radieschengrün:

120 g Pinienkerne	150 g Bio-Radieschengrün	120 g Parmesan
1 TL Salz	240 ml Sonnenblumenöl	

Tomatenpesto:

125 g getrock. Tomaten	125 ml Sonnenblumenöl	40 g Cashewkernbruch
1 TL Rohrzucker		

zusätzlich:

500 g Pasta	Salz	
-------------	------	--

Für das Pesto Genovese die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten. Basilikum abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen. Parmesan fein reiben. Knoblauch schälen und grob schneiden. In einen Pürierbecher oder Mixer die Pinienkerne, Basilikum, Parmesan, Knoblauch und Salz geben. Alles fein pürieren und zuletzt das Öl zugeben und unterrühren.

Für das Pesto vom Radieschengrün die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten. Die Radieschenblätter abbrausen, trocken schütteln und grob schneiden. Parmesan fein reiben. In einen Pürierbecher oder Mixer die Pinienkerne, Radieschengrün, Parmesan und Salz geben. Alles fein pürieren und zuletzt das Öl zugeben und unterrühren. Anstatt Radieschengrün kann man das Pesto auch mit Bio-Möhren- oder Kohlrabigrün zubereiten.

Für das Tomatenpesto getrocknete Tomaten mit Sonnenblumenöl, Cashewkernen und Rohrzucker in einen Pürierbecher oder Mixer geben und fein mixen.

Pasta in gesalzenem Wasser bissfest kochen, abgießen, abtropfen lassen und mit jeweils 1 Portion Pesto nach Wahl vermischen und genießen.

Simon Tress am 17. Mai 2019