



Grundrezept Pesto Rosso

Zeit gesamt
🕒 15min

Zubereitungszeit
👉 15min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

| | |
|---------------------|--------|
| Pinienkerne | 2 EL |
| Parmesan | 40 g |
| Knoblauchzehen | 1 St. |
| Tomaten, getrocknet | 100 g |
| Olivenöl | 100 ml |
| Zucker | |
| Pfeffer, schwarz | |

Zubereitung

1. Eine Pfanne auf mittlerer Stufe fettfrei erhitzen und Pinienkerne darin ca. 2 Min. goldgelb rösten. Parmesan in kleine Stücke schneiden. Knoblauch schälen und halbieren.
2. In einem hohen Gefäß Pinienkerne, getrocknete Tomaten, Parmesan und Knoblauch mit Olivenöl zu einem cremigen Pesto pürieren. Mit Zucker und Pfeffer abschmecken. In ein Glas umfüllen oder direkt verwenden.

Guten Appetit!

Tipp: Dazu passen Gnocchi oder Pasta.

Nährwerte (pro Portion)

| | |
|----------------|----------|
| Kaloriengehalt | 282 kcal |
| Kohlenhydrate | 16 g |
| Eiweiß | 8 g |
| Ballaststoffe | 3 g |
| Fette | 23 g |