

Basilikum-Pesto-Dip





Zubereitungszeit 20min





Zutaten

für 4 Portionen

Pinienkerne	2 EL
Basilikum, frisch	80 g
Parmesan	50 g
Knoblauchzehen	1 St.
Zitronen	1 St.
Olivenöl	120 ml
Quark 40 % Fett i.Tr.	125 g
saure Sahne	200 g
Salz	

Pfeffer, schwarz gemahlen

Zubereitung



Küchenutensilien

kleine Schüssel, hohes Gefäß, SILVERCREST Stabmixer/ Pürierstab

- 1. In einer Pfanne Pinienkerne ohne Fett auf mittlerer Stufe ca. 3 Min. goldbraun anrösten, herausnehmen und abkühlen lassen. Basilikum waschen, trocken schütteln und Blätter abzupfen. Parmesan grob hacken. Knoblauch schälen und halbieren. Zitrone halbieren und Saft auspressen.
- 2. In einem hohen Gefäß Olivenöl, Knoblauch, Parmesan, Basilikum und Pinienkernen fein pürieren. Quark und saure Sahne verrühren. Pesto unterrühren und mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

Viel Freude beim Genießen!

Tipp: Als Dip z. B. zu Antipasti-Focaccia.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	393 kcal
Kohlenhydrate	9 g
Eiweiß	11 g
Ballaststoffe	1 g
Fette	36 g