Rote-Bete-Pesto auf Frühlings-Cracker mit Parmesanhobeln

Zeit gesamt 20min

Zubereitungszeit 20min

Schwierigkeit Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Pinienkerne	6 EL
Rote Bete, vorgegart	300 g
Knoblauchzehen	1 St.
Bio Zitronen	1 St.
Parmesan	80 g
Olivenöl	6 EL
Salz	
Salzcracker	300 g
Kresse	1 St.

Zubereitung

Küchenutensilien

hohes Gefäß, kleine Pfanne, Pürierstab

1. Eine Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen und Pinienkerne fettfrei für ca. 2–3 Min. goldbraun rösten. Rote Bete zum Abtropfen in ein Sieb geben und anschließend grob würfeln. Knoblauch schälen. Zitrone heiß abwaschen, etwa 1 TL Schale fein abreiben und Saft auspressen. Parmesan mit einem Sparschäler in lange Streifen hobeln.

2. In einem hohen Gefäß Rote Bete, Olivenöl, Knoblauch, 2 EL Zitronensaft und -schale und die Hälfte der Pinienkerne fein pürieren und mit Salz würzen.

3. Zum Servieren Salzcracker mit Rote-Bete-Pesto bestreichen. Mit Pinienkernen, Parmesanhobeln und Kresse garnieren. Cracker mit Rote-Bete-Pesto und Parmesanhobeln bis zum Servieren kalt stellen oder sofort servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	602 kcal
Kohlenhydrate	69 g
Eiweiß	21 g
Ballaststoffe	8 g
Fette	28 g