

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 gemahlen	

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