

Leindotteröl-Rucola-Pesto

Zutaten:

100 g Rucola
60 g Blattpetersilie
60 g Pinienkerne
4 kleine Knoblauchzehen
10 g grobes Meersalz
100 g Parmesankäse
1/4 l Lichtquell- Leindotteröl



Rucola und Petersilie fein hacken, Knoblauch pressen und den Parmesan reiben.
Alle Zutaten gut vermischen und in ein enges Glas füllen, gut andrücken.
Mit Öl bedeckt ist das Pesto im Kühlschrank mehrere Wochen haltbar.
Es schmeckt vorzüglich mit Vollkornnudeln und frisch geriebenem Parmesan.
Tipp: anstelle Rucola kann auch Basilikum verwendet werden.