

# BASILIKUM-PESTO SELBER MACHEN



## REZEPT MIT PARMESAN UND PINIENKERNEN

**ca. 50 g** frischer Basilikum

**ca. 50 g** Parmesan

**ca. 40 g** Pinienkerne oder  
Cashewkerne

**2** Knoblauchzehen

**1 TL** Salz

**ca. 150 ml** Olivenöl

1. Pinienkerne/Cashewkerne in einer Pfanne (ohne Öl) rösten. Anschließend sollten die Kerne auf einem Teller abkühlen.
2. Den Knoblauch kleinschneiden.
3. Basilikum mit dem Knoblauch und dem Öl in ein hohes Gefäß geben und pürieren.
4. Pinienkerne/Cashewkerne und eine Prise Salz hinzugeben. Eventuell muss noch etwas Öl nachgegeben werden.
5. Sobald die Masse cremig wird, muss der Parmesan untergemischt werden.
6. Das fertige Pesto in Gläser füllen und in den Kühlschrank stellen. Dort sollte es mindestens einen Tag durchziehen, ehe es serviert werden kann

Im Kühlschrank hält sich das Pesto ca. eine Woche, wenn die Oberfläche mit einer Ölschicht bedeckt ist.



## REZEPT FÜR VEGANES BASILIKUM-PESTO

**100 g** frischer Basilikum

**100 g** Pinienkerne oder  
Cashewkerne

**4 bis 6 EL** Hefeflocken

**ca. 5** Knoblauchzehen

**1 TL** Salz

**ca. 100 ml** Olivenöl

1. Pinienkerne/Cashewkerne in einer Pfanne (ohne Öl) rösten. Anschließend sollten die Kerne auf einem Teller abkühlen.
2. Den Knoblauch kleinschneiden.
3. Basilikum mit dem Knoblauch und dem Öl in ein hohes Gefäß geben und pürieren.
4. Pinienkerne/Cashewkerne und eine Prise Salz hinzugeben. Eventuell muss noch etwas Öl nachgegeben werden.
5. Sobald die Masse cremig wird, müssen die Hefeflocken untergemischt werden.
6. Das fertige Pesto in Gläser füllen und in den Kühlschrank stellen. Dort sollte es mindestens einen Tag durchziehen, ehe es serviert werden kann.

Im Kühlschrank hält sich das Pesto ca. eine Woche, wenn die Oberfläche mit einer Ölschicht bedeckt ist.

