

PASTA MIT BASILIKUM- PESTO

VORBEREITEN

5 MIN.

ZUBEREITEN

10 MIN.

NIVEAU

LEICHT



ZUTATEN FÜR 500 ML PESTO

- 1 Bund frischen Basilikum
- 100 g Mandeln
- 100 - 150 g Parmesan
- 1-3 Knoblauchzehen je nach Geschmack
- 1 TL Salz
- Eine Prise Cayennepfeffer
- 50 -100 ml Olivenöl

PASTA FÜR 4 PERSONEN

- 500 g Pasta
- etwas Parmesan
- einige Basilikumblätter

ZUBEREITUNG

1.

Püriere alle Zutaten mit einem Pürierstab oder im Mixer zerkleinern.

2.

Gebe soviel Olivenöl hinzu bis eine breiige Masse entsteht.

3.

Wenn man das Pesto in Gläser abfüllt und eine Schicht Olivenöl obendrauf gibt, so ist es im Kühlschrank einige Tage haltbar.

FÜR DIE PASTA:

Nudeln nach Packungsangabe kochen und 2-3 Esslöffel vom Nudelwasser in die gewünschte Menge Pesto einrühren. Die Nudeln unterheben. Mit Parmesan und Basilikumblättern dekorieren.

Unsere Empfehlung: Probiere doch auch unseren *Bärlauchpesto* im Shop

NÄHRWERT PRO 100 G

Kalorien: 177 kcal

Protein: 7 g

Fett: 5 g

VITAMINE:

A , B, C, K