

# Würziges Kräuterpesto

## Zutaten:

3 Bund gemischte Kräuter  
(z.B. Basilikum, Petersilie,  
Schnittlauch)  
45 g Sonnenblumenkerne  
(alternativ: Cashews, Pinienkerne)  
2 Knoblauchzehen  
90 ml Olivenöl  
90 g Parmesan  
Salz und Pfeffer



## Zubereitung:

Die Sonnenblumenkerne in einer Pfanne ohne Fett leicht anrösten.

Die Kräuter waschen, trocken tupfen und grob schneiden. Den Knoblauch schälen und grob hacken.

Körner, Kräuter, Knoblauch und Parmesan in einen Mixer bzw. in ein hohes Gefäß geben und pürieren, bis ein cremiges Pesto entsteht.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken und in heiß ausgekochte Gläser füllen.

Das Pesto sollte im Kühlschrank gelagert werden und immer mit etwas Öl bedeckt sein.

## Guten Appetit!

***Tip:** Das Pesto passt perfekt zu Pasta, als Salattopping oder auch für Kräuterquark.*



Hat Dir das Rezept gefallen? Dann teile gerne ein Foto mit uns auf Instagram **#heimischelandwirtschaft**