

Grünes-Spargelpesto

(4 Personen):

- 300 g grüner Spargel
- 1 Knoblauchzehe
- 50 g Mandelstifte oder Pinienkerne
- 30 g Parmesan, gerieben
- 15 ml Rapsöl
- 1 Handvoll Petersilie
- Salz, Pfeffer



Spargel putzen, das untere Drittel leicht schälen, dann in ca. 1 cm große Stücke schneiden. Knoblauchzehe und Petersilie hacken.

Mandelstifte oder Pinienkerne in der Pfanne ohne Öl rösten.

Alle Zutaten mit dem Pürierstab oder der Küchenmaschine zu einer Paste verarbeiten. Mit Salz & Pfeffer abschmecken.

Grünes-Spargelpesto

(4 Personen):

- 300 g grüner Spargel
- 1 Knoblauchzehe
- 50 g Mandelstifte oder Pinienkerne
- 30 g Parmesan, gerieben
- 15 ml Rapsöl
- 1 Handvoll Petersilie
- Salz, Pfeffer



Spargel putzen, das untere Drittel leicht schälen, dann in ca. 1 cm große Stücke schneiden. Knoblauchzehe und Petersilie hacken.

Mandelstifte oder Pinienkerne in der Pfanne ohne Öl rösten.

Alle Zutaten mit dem Pürierstab oder der Küchenmaschine zu einer Paste verarbeiten. Mit Salz & Pfeffer abschmecken.