

# Pesto aus getrockeneten Tomaten und Walnüssen



### Zutaten

#### Menge

80 g getrocknete Tomaten Walnüsse 50 g Olivenöl 70 ml

Salz

schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen

### Rezeptinfo



Zutaten für 4 Portionen

Zubereitungszeit: ca. 5 Min.

Je Portion: 1079 kJ, 258 kcal, 3 g Kohlenhydrate,

8 g Eiweiß, 27 g Fett, 0,175 mg Cholesterin, 2 g Ballaststoffe

Schwierigkeitsgrad:

Kosten:



vegan

veggie

### **Zubereitung**

#### Step 1:

Die getrockneten Tomaten zusammen mit den Walnüssen und dem Olivenöl in einen Mixer geben und zerkleinern. Wenn das Pesto noch nicht cremig genug ist, kannst du noch etwas mehr Olivenöl dazugeben.

Das Pesto mit Salz und Pfeffer abschmecken und zusammen mit Nudeln (z.B. Spaghetti) servieren.





# Pesto aus Erdnüssen, Basilikum und Parmesan



### Zutaten

#### Menge

60 g Erdnüsse Basilikum 1 Bund Parmesan 40 g 70 ml Olivenöl

Salz

schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen

## Rezeptinfo

Zutaten für 4 Portionen Zubereitungszeit: ca. 5 Min.

Je Portion: 1176 kJ, 281 kcal, 1 g Kohlenhydrate, 8 g Eiweiß, 28 g Fett, 8 mg Cholesterin, 2 g Ballaststoffe

Schwierigkeitsgrad:

Kosten:



# veggie

#### **Zubereitung**

#### Step 1:

Erdnüsse, Basilikum und Parmesan mit dem Olivenöl in einen Mixer geben und zerkleinern. Wenn das Pesto noch nicht cremig genug ist, kannst du noch etwas mehr Olivenöl dazugeben.

#### Step 2:

Das Pesto mit Salz und Pfeffer abschmecken und zusammen mit Nudeln (z.B. Spaghetti) servieren.

