

12. Pesto

Fenchelgrün Pesto [Nr.341]

Menge: ca. 300 g

Zutaten:

160 g	Fenchelgrün
3 EL, 50 g	Pinienkerne alternativ Sonnenblumenkerne
40 g	Pecorino (optional Hefeflocken als vegane Alternative)
100 ml	Bio-Olivenöl
1 TL	Kräutersalz

**Zubereitung:**

-
1. Fenchelgrün waschen und trocknen
 2. Fenchelgrün von den Stielen abzupfen, feinhacken und in eine Schüssel geben
Hinweis: Wenn du einen Mixer, wie z.B. den Thermomix, zum Zerkleinern und Mischen nutzt, reicht abzupfen und grob zerkleinern.
 3. Pinienkerne/Sonnenblumenkerne in der trockenen Pfanne anrösten bis braun sind.
 4. Die Pinienkerne feinhacken, Pecorino-Käse fein reiben und beides in eine Schüssel geben.
Thermomix: Fenchelgrün, Pecorino und die gerösteten Kerne in den Mixtopf geben und 5 Sekunden / Stufe 8 zerkleinern.
 5. Feingehacktes Fenchelgrün und das Öl hinzugeben und alles gut vermischen
Thermomix: 5 Sekunden / Stufe 5
 6. Die Pesto mit Salz abschmecken.
 7. Das Pesto in heiß ausgespülte Gläser füllen und im Kühlschrank aufbewahren.
 8. Das Pesto sollte mit Öl bedeckt sein. Darauf achten, daß sich keine Pestoreste über dem Olivenöl an der Glaswandung befinden. Du vermeidest damit Schimmelbildung



Wenn der Anisgeschmack von Fenchelkraut im Pesto zu intensiv wird, die Hälfte durch Petersilie oder Möhrengrün ersetzen.