Kürbis-Kürbiskern-Pesto

Ergibt ca. 4 Gläser mit je ca. 130 ml. Eignet sich auch super zum Verschenken. Die perfekte Herbstleckerei für alle, die es würzig mögen!

ZUTATEN:

- 200 g Kürbisfleisch (Butternut)
- 100 g Kürbiskerne, geröstet
- 75 g regionaler Bergkäse
- 150 g Tomatenpüree
- 25 ml weißer Balsamessig
- 50 g Tannennadelkernöl
- 100 ml Sonnenblumenkernöl
- Etwas Steinsalz zum Würzen
- Tipp: „Rauchsalz“ schmeckt besonders lecker!

SO GEHT‘S:

1. Alle Zutaten (außer die Gewürze) in einen Mixer geben und grob pürieren.
2. Vorsichtig mit Salz abschmecken, bis die gewünschte Würze erreicht ist. Schon fertig!

GENUSS-TIPP:

Das Pesto schmeckt nicht nur zu Nudeln: Vermischt mit Hüttenkäse ergibt es auch einen leckeren Belag für hausgemachte Pizzabrötchen oder gebackenes Bauernbrot.

Wir wünschen guten Appetit!

Weitere Informationen und Rezepte: www.naturpark-kochschule.de

Baden-Württemberg
MINISTERIUM FÜR ERNÄHRUNG, LÄNDLICHEN RAUM UND VERBRAUCHERSCHUTZ

Gefördert durch das Ministerium für Ernährung, Ländlichen Raum und Verbraucherschutz Baden-Württemberg.

Naturpark Südschwarzwald

Illustraion: M. Wieber **Ein Rezept von Rausch - Die Familienwerkstatt:** www.rausch-familienwerkstatt.de