

ANTI-VERSCHWENDUNGS-REZEPTE



„RESTE“-PESTO



Gesamtzeit: 1 St. 05

- Zubereitungszeit: 5 Minuten
- Ruhezeit: 1 Stunde

**Haben Sie noch Kräuter, Nüsse und Käse übrig?
Mit diesem Rezept gegen Lebensmittel-
verschwendung können Sie aus Resten Ihre
eigene Pesto-Sauce zubereiten.**



Die Zutaten

- Radieschengrün, Karottengrün oder andere Kräuter oder auch Gemüsereste aus dem Kühlschrank
- 1 bis 2 Knoblauchzehen
- 2–3 Esslöffel Olivenöl
- 20 g Parmesan oder eine gute Handvoll Nüsse Ihrer Wahl: Walnüsse, Haselnüsse, Mandeln, Cashewnüsse, Pistazien ...
- abschmecken mit Salz, Pfeffer oder, falls vorhanden, mit Kurkuma, Ingwer, Curry ...

Tipps

Alles, was sich in Ihrem Kühlschrank befindet, eignet sich für dieses Pesto-Rezept: Kräuter, Petersilie, Basilikum, Kerbel, Sellerieblätter, frische oder getrocknete Tomaten, Knoblauch, Hartkäse, Walnüsse, Haselnüsse, Mandeln, Cashewnüsse...

Variieren Sie die Zutaten ganz nach Ihrem Geschmack und Ihren Vorlieben, vor allem aber je nach Ihren Resten.



1

Waschen Sie das Gemüse gründlich

4

Gut gekühlt servieren, als Dip oder Brotaufstrich, zum Beispiel für köstliche Bruschetta... Oder wie wäre es in Nudeln, um ihnen mehr Würze und Farbe zu verleihen?



2

Nachdem Sie alle Zutaten gut abgetrocknet haben, mixen Sie sie und geben Sie nach und nach Olivenöl hinzu, bis eine cremige, nicht zu flüssige Konsistenz entsteht.

3

1 Stunde vor dem Servieren kühl stellen.