

Löwenzahn-Tomaten-Pesto



PORTIONEN

4



DAUER

20 Min.



SCHWIERIGKEIT

Leicht

ZUTATEN

1 Handvoll	Löwenzahnblätter und -blumen
10	Basilikumblätter
1 Handvoll	Brennesselblätter
50 g	gemahlene Cashewkerne
1/2 TL	Kräutersalz
80 ml	warmes Wasser
2 Zehen	Knoblauch
1 TL	Fenchelsamen, ganz
50 g	getrocknete Tomaten
50 ml	Oliveöl



BESCHREIBUNG

Diese intensive Wildkräuter-Soße in Öl bekommt ihren abgerundeten Geschmack durch die getrockneten Tomaten und den Fenchelsamen. Man verwendet sie sparsam zu Nudeln jeder Art, aber man kann sie natürlich auch mit verschiedenen Salaten kombinieren.

ZUBEREITUNG

1. Wildkräuter bzw. Kräuter gut waschen und sehr fein schneiden.
2. Dabei die Löwenzahnblumen halbieren.
3. Gemahlene Cashews mit Kräutersalz und Wasser mischen.
4. Knoblauchzehen pressen und mit Fenchelsamen unterrühren.
5. Getrocknete Tomaten fein würfeln und mit den Kräutern und dem Olivenöl vorsichtig unter die Cashewmasse heben.

