

Frisch gekocht

Montag, 3. Juli 2017



Rezept von Paul Ivic

Pesto-Variationen



Auberginen-Pesto

Zutaten:

4 Auberginen, Salz, Knoblauch, Thymian,; ½ Bund Kerbel, 1 Bund Petersilie, 1 Limette (unbehandelt), 150 g Tahini (Sesampaste), 4 EL Granatapfelsaft, Olivenöl.

Außerdem: Spaghetti

Zubereitung:

Die Auberginen halbieren, einschneiden, salzen und mit Olivenöl beträufeln. Backrohr auf 160 °C Umluft vorheizen und die abgetrockneten Auberginenhälften mit Knoblauch und Thymian in ca. 20 Minuten weich garen.

Danach das Fruchtfleisch mit einem Löffel ausschaben und klein hacken. Das Fruchtfleisch auf ein Sieb geben und gut abtropfen lassen.

Kerbel und Petersilie fein schneiden, zum Fruchtfleisch mengen. Limettenabrieb sowie Limettensaft begeben. Tahini-Paste und Granatapfelsaft untermengen und abschmecken. Das Pesto erwärmen und mit den gekochten Spaghetti vermengen.

Basilikum-Pesto

Zutaten:

1 Knoblauchzehe, 1 TL Meersalz, 250 g frisches Basilikum, 50 g Pinienkerne, 40 g Parmesan, 30 g Pinienkerne, 100 ml Olivenöl.

Außerdem: Dinkel-Spiralnudeln

Zubereitung:

Parmesan in Stücke schneiden und fein mixen. Pinienkerne in etwas Olivenöl anschwitzen, dann die fein geschnittenen Knoblauchzehe beimengen. Parmesan, Meersalz, Pinienkerne, Knoblauch und Basilikum fein mixen, dann mit dem Olivenöl verrühren. Pesto erwärmen und mit den Spiralnudeln vermengen.

Chinesisches Pesto

Zutaten:

1 TL Szechuan-Pfeffer, 1 TL Koriandersamen, 100 ml Sojasauce, etwas Zucker, 50 ml Zitronensaft (frisch gepresst), 50 ml Limettensaft (frisch gepresst), 1 TL Ingwer (frisch gerieben), 60 ml Öl, 1 Bund Koriander (fein geschnitten).

Außerdem: Glasnudeln, Frühlingszwiebel, Pilze, roter Paprika, Olivenöl

Zubereitung:

Den Szechuan-Pfeffer und Koriandersamen anrösten, mit der Sojasauce und etwas Zucker ablöschen. Vom Herd nehmen, Zitrus-säfte, Ingwer, Öl und Koriander zugeben und leicht erwärmen.

Frühlingszwiebel, Pilze und Paprika in etwas Olivenöl anbraten. Das China-Pesto mit gekochten Glasnudeln servieren, die Gemüsemischung darüber streuen.