Brennnessel-Pesto

Feines Brennnessel-Pesto als gesunde Nudelbeilage oder Würzpaste. Eine kreative Idee, das im Garten recht unbeliebte Wildkraut in einem Rezept zu verwerten.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Gesamtzeit: 15 min



Zutaten

500 g	Brennnesseln
200 g	Parmesan
5 Stk.	Knoblauchzehe
400 ml	Olivenöl
1 TL	Salz

Zubereitung

1. Das **Brennnessel-Pesto** ist eine willkommene Abwechslung zum herkömmlichen Pesto. Die Brennnesselblätter gründlich waschen, mit Küchenpapier trocken tupfen und sehr fein hacken.

2. Die Knoblauchzehen schälen. Anschließend die Brennnesseln, den Knoblauch, das Salz und das Olivenöl in den Mixer geben. Den Parmesan darüber reiben. Fein pürieren lassen.

3. Das fertige Pesto in ein steriles, verschließbares Glas umfüllen. Im Kühlschrank ist es für zwei bis drei Wochen haltbar.

Tipp

Nur junge Brennnesseln für das Brennnessel-Pesto verwenden und mit Handschuhen pflücken. Jeden abgeschnittenen Trieb einmal fest durch eine behandschuhte Hand ziehen. Dadurch werden die Nesselhaare zerstört, und die Blätter brennen bei der weiteren Verarbeitung nicht mehr.