



Löwenzahnpesto

Jetzt blüht er wieder – der Löwenzahn!
Die saftigen Frühlingswiesen sind von einem gelben Meer übersät. Die Stängel recken sich in die Höhe und blühen um die Wette. Lauter gelbe kleine Sonnen inmitten eines grünen Teppichs.



Zutaten:

100 g	Löwenzahnblätter (keine Blumen!)
30 g	Käse, nach Belieben
50 g	Sonnenblumenkerne, Leinsamen usw.
150 g	Öl (Sonnenblumen- oder Rapsöl)
1 – 2	Knoblauchzehen
	Salz, Pfeffer



Für das Pesto werden nur die Blätter verwendet, sonst wird es zu bitter!

Die Löwenzahnblätter waschen und trocknen lassen, in feine Streifen schneiden. Den Käse raffeln, die Knoblauchzehen schälen und fein hacken. Sonnenblumenkerne in einer Pfanne ohne Öl vorsichtig rösten und auskühlen lassen.

Alle Zutaten miteinander mischen und mixen.

Passt sehr gut zu Pasta oder Kartoffeln.

Als Brotaufstrich: Dieses Pesto eignet sich auch gut als Brotaufstrich. Dazu dann allerdings die doppelte Menge an Kernen verwenden.