



**Lebendiges Land**  
Ökologische Produkte

# Veganes Bärlauch-Pesto mit Rucola

für 4 Portionen

## Zutaten

- 60g geschälte Mandeln
- 40 g Bärlauch
- 50g Rucola
- ca. 50ml Olivenöl
- 50ml neutrales Rapsöl oder Sonnenblumenöl
- 1-2 TL. Zitronensaft
- Salz und Pfeffer

## Zubereitung

Zuerst röstest du die Pinienkerne und die Mandeln bei Mittelhitze in einer trockenen Pfanne. Gib zunächst die Mandel in die Pfanne und erst wenn die leicht Farbe angenommen haben fügst du die Pinienkerne hinzu. Rühre immer wieder um, damit sie nicht verbrennen. Lass die Kerne anschließend abkühlen und hacke sie grob mit dem Messer. Nun wäschst du den Bärlauch und den Rucola und schleuderst die Kräuter mit der Salatschleuder trocken. Oder du trocknest sie vorsichtig mit Küchenpapier oder einem sauberen Geschirrtuch. Schneide die Kräuter dann mit dem Messer etwas kleiner, dann tut sich der Mixer leichter. Gib nun die Kräuter mit den Kernen mit den beiden Ölsorten in den Mixer (falls du nur einen kleinen Mixer oder Rührstab hast, machst du das am besten portionsweise) und vermenge sie kurz und am besten in Intervallen, damit dein Pesto nicht bitter wird. Nachdem nun die Kräuter mit den Kernen klein gemixt sind, schmeckst du das Pesto mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer ab und füllst es in sauber ausgespülte Gläser. Bedecke es mit einer Schicht Olivenöl, so hält es sich bis zu drei Monate frisch. Damit es so lange wie möglich hält, solltest du das Pesto jedes Mal, wenn du davon nimmst, wieder mit Olivenöl bedecken und das Glas innen (mit ein wenig Küchenkrepp) sauber abwischen, so hat Schimmel keine Chance.