

Bärlauch-Pesto mit Baumnüssen

Von Eduard Iten

Frühlingszeit ist Bärlauchzeit! Wenn die Wälder wieder intensiv nach Knoblauch duften, ist die perfekte Gelegenheit für ein frisches Pesto gekommen. Besonders glücklich schätzen darf sich, wer im Herbst vorausschauend Baumnüsse gesammelt hat – ihr nussiges Aroma und der würzige Bärlauch harmonieren wunderbar miteinander.

Zutaten	Zubereitung
100 g Bärlauch (<i>frisch</i>)	Bärlauch waschen und gründlich trocknen. Restfeuchtigkeit reduziert die Haltbarkeit. Grob zerkleinern und in die Küchenmaschine geben.
50 g Hartkäse 100–150 mL Ölivenöl (<i>extra nativ</i>) 0,5 TL Salz	Zum Beispiel Grana Padano, Parmesan oder Sbrinz. Zugeben und alles zerkleinern.
50 g Baumnüsse	In der Bratpfanne oder im Backofen rösten, bis sie beginnen lecker zu duften. Nach dem Auskühlen zum Rest dazugeben und so lange weiter Zerkleinern, bis die gewünschte Textur erreicht ist.
	 Mit dem Hartkäse, dem Öl und dem Salz noch einen Spritzer Zitronensaft dazugeben, dies erhält die tiefgrüne Farbe besser.
	 Kann im Glas abgefüllt gut im Tiefkühler aufbewahrt werden.