

Rezept

# Aioli mit hochwertigem Olivenöl

Ein Rezept von Aioli mit hochwertigem Olivenöl, am 28.06.2026

## Zutaten

5	junge Knoblauchzehen		Salz
1	Eigelb (M)	1 EL	Zitronensaft
	sehr mildes Olivenöl oder Sonnenblumenöl		Pfeffer
1 EL	Milch (bei Bedarf)		

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** FÜR 4 PORTIONEN (ca. 200 ml) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min  
| **Pro Portion** Ca. 365 kcal

## Zubereitung

1. Die Zutaten abwiegen und bereitstellen.

---

2. Knoblauch schälen und durch eine Knoblauchpresse drücken oder die Zehen mit 1 Prise Salz in einem Mörser zerkleinern. Mit Eigelb und Zitronensaft in einen hohen Rührbecher geben.

---

3. Unter Rühren mit einem Schneebesen oder einem Pürierstab nach und nach Olivenöl in einem dünnen Strahl dazugießen, bis eine dickliche Sauce entstanden ist. Mit Salz und Pfeffer würzen. Falls die Aioli sehr dick ist, mit der Milch verdünnen.

---

4. Aioli passt als Dip zu gekochtem und gegrilltem Gemüse, Fleisch und Fisch. Sehr oft wird Aioli mit geröstetem Weißbrot zu Fischsuppe serviert.