

Rezept

## Kräutersauce mit Pinienkernen

Ein Rezept von Kräutersauce mit Pinienkernen, am 09.06.2026

### Zutaten

|   |                           |
|---|---------------------------|
| <b>3 EL</b> Pinienkerne   | <b>150 g</b> Sahne        |
| <b>50 ml</b> Weißwein (ersatzweise Gemüsebrühe)   | Salz                      |
| <b>1</b> dickes Bund gemischte Kräuter (z. B. Petersilie, Salbei, Thymian, Basilikum, Bärlauch) | frisch gemahlener Pfeffer |

### Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 365 kcal

### Zubereitung

1. Die Pinienkerne in einer kleinen Pfanne ohne Fett rösten, bis sie duften. Herausnehmen und beiseitestellen. Sahne und Wein in einen Topf geben und zum Kochen bringen, bei schwacher Hitze offen 5 Min. leicht kochen lassen. Gleichzeitig reichlich Salzwasser aufkochen und die Nudeln darin nach Packungsangabe kochen. Die Kräuter waschen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein hacken.
2. Die Kräuter unter die Wein-Sahne rühren und die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die fertig gekochten Nudeln abgießen. Die Pasta mit der Sauce mischen und mit den gerösteten Pinienkernen bestreuen.