

## Rezept

# Kürbiskernpesto

Ein Rezept von Kürbiskernpesto, am 09.06.2026

## Zutaten

<b>75 g</b> Kürbiskerne	<b>1 Bund</b> Basilikum
<b>2</b> Knoblauchzehen	<b>75 ml</b> Olivenöl
<b>75 ml</b> Kürbiskernöl	<b>50 g</b> frisch geriebener Parmesan (wahlweise Pecorino)
Salz	Pfeffer

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 1 Glas mit 350 ml Inhalt: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min

## Zubereitung

1. Die Kürbiskerne in einer beschichteten Pfanne bei mittlerer Hitze 2-3 Min. ohne Fett rösten. Das Basilikum waschen und trockenschütteln, die Blätter abzupfen. Den Knoblauch schälen und grob hacken.

---

2. Die Kürbiskerne, das Basilikum und den Knoblauch mit den beiden Ölen und dem Käse in den Mixer geben und fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Passt gut zu langen Nudeln (z. B. Spaghetti).