

Rezept

Petersilien-Basilikum-Sauce

Ein Rezept von Petersilien-Basilikum-Sauce, am 25.04.2024

Zutaten

2 Scheiben Toastbrot	je 1 Bund Petersilie und Basilikum
2 Sardellenfilets in Öl (nach Belieben)	2 EL Kapern
2 Knoblauchzehen	½ Bio-Zitrone
50 ml Öl	Salz
Pfeffer	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 95 kcal

Zubereitung

1. Toastbrot in lauwarmem Wasser einweichen. Die Kräuter waschen, trockenschütteln und ohne die groben Stängel fein hacken.
2. Sardellenfilets nach Belieben und die Kapern sehr fein zerkleinern. Knoblauch schälen und durch die Presse drücken. Zitronenhälfte heiß waschen und die Schale fein abreiben, den Saft auspressen.
3. Das Brot ausdrücken und mit Sardellenfilets, Kapern, Kräutern und Knoblauch im Blitzhacker oder mit dem Pürierstab fein zerkleinern. Zitronenschale, 1 EL Zitronensaft und das Öl unterrühren, die Sauce mit Salz und Pfeffer pikant abschmecken.