

Rezept

Petersiliensauce mit grünem Öl

Ein Rezept von Petersiliensauce mit grünem Öl, am 28.06.2026

Zutaten

- | | |
|---------------------------------------|--|
| 1 Petersilienwurzel (ca. 80 g) | 1 kleine Zwiebel (ca. 30 g) |
| 300 ml Gemüsefond | 2 Bund glatte Petersilie (abgezapft ca. 30 g) |
| 80 ml Olivenöl | 200 g Sahne |
| Salz | schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen |
| Muskatnuss, frisch gerieben | 1 Msp. abgeriebene Schale von 1 Bio-Zitrone |
| Pürierstab | |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 350 kcal

Zubereitung

1. Die Petersilienwurzel waschen, schälen und in kleine Würfel schneiden. Die Zwiebel schälen, halbieren und in feine Würfel schneiden. Den Gemüsefond in einen Stieltopf (20 cm Ø) geben, Zwiebel und Petersilienwurzel einlegen, aufkochen lassen und das Gemüse offen bei kleiner Hitze in ca. 10 Min. weich kochen.
2. In der Zwischenzeit die Petersilie waschen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und in ein hohes Gefäß geben. Mit dem Olivenöl begießen und kalt stellen.
3. Die Sahne in die kochende Sauce rühren, 2 Min. köcheln und mit dem Pürierstab fein mixen. Die Sauce in 3-4 Min. sämiger einköcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer, Muskatnuss und Zitronenschale abschmecken.
4. Kurz vor dem Servieren die Petersilie im Öl mit dem Pürierstab möglichst schnell fein pürieren. In die heiße Sauce mixen, abschmecken und sofort servieren.