

Rezept

Rucola-Dressing

Ein Rezept von Rucola-Dressing, am 19.04.2024

Zutaten

| | |
|---|---------------------------------|
| 150 g Rucola (oder halb Rucola, halb Petersilie) | 100 g Pinienkerne |
| 150 ml Gemüsebrühe | 1 EL Sherry |
| 2 EL Olivenöl | 1-2 TL Ahornsirup |
| Salz | schwarzer Pfeffer aus der Mühle |

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 270 kcal

Zubereitung

1. Den Rucola waschen, trocken schütteln und grob hacken. Die Pinienkerne in einer beschichteten Pfanne ohne Fett in 5 Min. goldgelb rösten. 2 EL davon beiseitestellen.
2. Restliche Pinienkerne, Rucola und 3 EL Brühe, Sherry und Olivenöl im Mixer pürieren. So viel Brühe (60-110 ml) unterrühren, bis ein dickflüssiges Dressing entsteht.
3. Das Dressing mit Ahornsirup, Salz und Pfeffer abschmecken. Über den vorbereiteten Salat träufeln. Mit den restlichen Pinienkernen bestreuen und sofort servieren.