

Rezept

Rucola-Dressing

Ein Rezept von Rucola-Dressing, am 20.04.2024

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.