

Rezept

Veganes Frühlingspesto

Ein Rezept von Veganes Frühlingspesto, am 18.12.2025

Zutaten

40 g Pinienkerne	1 Bund Bärlauch
1 Bund Basilikum	1/2 Handvoll gemischte Frühlingskräuter (z. B. Gundermann, Brennesselspitzen, Giersch, Löwenzahn, Sauerampfer)
1 getrocknete Chilischote	1-2 EL Zitronensaft
1-2 TL Agavendicksaft	120 ml natives Rapsöl oder neutrales Öl
Salz	schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 250 g | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min

Zubereitung

1. Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett hellbraun anrösten und herausnehmen. Die Kräuter waschen, trocken schütteln und die Blätter grob zerkleinern. Kräuter und Pinienkerne mit Chilischote, 1 EL Zitronensaft, 1 TL Agavendicksaft und dem Öl fein pürieren. Mit Salz, Pfeffer, Agavendicksaft und Zitronensaft abschmecken. Das Pesto in ein heiß ausgespültes Glas (à 250 ml) füllen und kühl stellen. Es hält sich, verschlossen und mit Öl bedeckt, im Kühlschrank mindestens 2 Wochen.