



# Grünkohl-Walnuss-Pesto

## ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

450g Grünkohl  
Salz  
Pfeffer  
3 Knoblauchzehen  
400 g Walnüsse ganz  
1 bis 2 EL Zitronensaft  
150 bis 200 ml Olivenöl



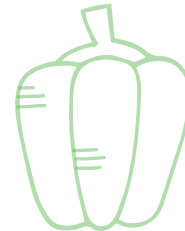
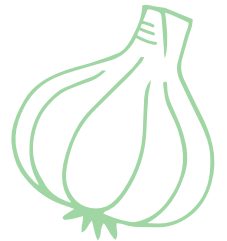
## ZUBEREITUNG

Grünkohlstiele entfernen und Grünkohlblätter in heißem Salzwasser drei Minuten blanchieren, abgießen, abschrecken und leicht das Wasser ausdrücken.

Grünkohl grob hacken. Walnusskerne mit Grünkohl, Knoblauch, Salz und Zitronensaft in der Küchenmaschine pürieren, dabei langsam das Olivenöl zugießen. Abschmecken mit eventuell noch mehr Salz, Pfeffer und Zitronensaft.

Das Pesto passt zu Spaghetti, anderen Nudeln oder auch auf Brot. Nach Geschmack mit geriebenem Parmesan oder Pecorino bestreuen.

**Guten Appetit!**



DE-ÖKO-006



**Marienhof**  
**ESPERDE**