



Film auf:
videos.bettybossi.ch

Kürbispesto

Vor- und zubereiten: ca. 20 Min.
 Backen: ca. 20 Min.

600g Kürbis (z. B. Muscade), in
 ca. 2 cm grossen Würfeln
 (ergibt ca. 500g)

4 Knoblauchzehen

2 EL Olivenöl

1 TL Salz

wenig Pfeffer

**100g gemahlene geschälte
 Mandeln**

3 EL Rosmarin, fein geschnitten

50g Parmesan, gerieben

1 dl Olivenöl

1. Kürbis, Knoblauch und Öl in einer Schüssel mischen, würzen, auf ein mit Backpapier belegtes Blech verteilen.
2. **Backen:** ca. 20 Min. in der Mitte des auf 220 Grad vorgeheizten Ofens. Herausnehmen, Kürbis mit dem Knoblauch pürieren.
3. Mandeln, Rosmarin und Käse darunter mischen. Öl nach und nach darunter rühren.

Tipp: Kürbiskernöl darüberträufeln.

Passt zu: Brot, Teigwaren.

Haltbarkeit: Restliches Pesto in ein Glas geben, mit etwas Öl bedecken, gut verschlossen ca. 1 Woche im Kühlschrank aufbewahren.

Portion: 490 kcal, E 12g, Kh 7g, F 46g

VEGI

kein
 lität
 en

