



Xenia kocht

Süßes Minz-Pesto

Verrückt, aber wahr: Pesto kann man auch süß herstellen.

Pesto ist ja nichts Anderes als frische, ganz fein gehackte Kräuter mit Nüssen. Anstatt Knoblauch und Salz fügt man Zucker hinzu und bekommt aromatische duftenden, süße Kräuterpasten, die sehr lecker zu frischem Obst oder auch Milchreicht, Panna Cotta oder ähnlichen Süßspeisen schmecken.

Wie immer gilt: einfach ausprobieren, welche Kombinationen einem selbst schmecken. Für erste Start-Versuche einige Vorschläge:

Minze mit Pistazien oder Mandeln
Basilikum mit Mandeln oder Cashews
Thymian mit Madeln
Zitronenmelisse mit Mandeln oder Cashews
Kerbel mit Pistazien

Ganz wichtig ist immer die Nüsse anzurösten – das intensiviert den Geschmack. Olivenöl passt weniger gut – das sehr grasig im Geschmack. Ich verwende am Liebsten ein feines Rapsöl. Achtung Produktwerbung: mein Lieblingsöl ist von der Teuteburger Ölmühle das Bio-Öl. Zu den süßen Pestos passt aber auch ein Sesamöl. Besser ungeröstet, weil weniger intensiv im Geschmack. Aber auch beim Öl gilt: jeder wie er mag.

Noch als Tip: Puderzucker verwenden, da er sich leichter auflöst und verbindet.

Zutaten

1 Bund Kräuter
1 EL abgeriebene Zitronen oder Limettenschale (Bio!)
40 g Zitronen oder Limettensaft
40 g Zucker
80 – 100 g Nüsse, gehackt etwa die gleiche Menge (optisch), wie die gehackten Kräuter
Öl

1. Nüsse anrösten und fein hacken.
2. Kräuter sehr fein hacken.
3. Nüsse, Kräuter und alle übrigen Zutaten mischen und tüchtig Öl zugeben, so dass ein geschmeidiges Pesto entsteht.



Foto: Minzpesto mit Pistazien zu frischen Erdbeeren.

