

Chefkoch Ramon Waser empfiehlt:

# Löwenzahn-Pesto



mehr Kochtipps:

[lifechannel.ch/kochstipp](https://www.lifechannel.ch/kochstipp)

(c) 123rf

## Zubereitung

1. Sonnenblumenkerne und Mandeln in einer Pfanne leicht rösten, bis die Aromen sich entfalten
2. Löwenzahn gut waschen und danach trocken tupfen
3. In einem Mixbecher geröstete Kerne mit Löwenzahn und Knoblauch mischen
4. Olivenöl dazugeben und alles zu einer homogenen Masse mixen
5. Geriebenen Parmesan dazugeben und mit einem Löffel gut unterrühren
6. Pesto nach Belieben mit Salz, Pfeffer und Chilipulver abschmecken

## Zutaten

100 g	Sonnenblumenkerne
20 g	Mandeln
100 g	junger Löwenzahn
80 g	Olivenöl
1	Knoblauchzehe
30 g	Parmesan
	Salz, Pfeffer
	Chilipulver