

Wer zu zweit kocht und noch mehr Herausforderung haben will oder im Leben generell unterfordert ist, kann nebenbei noch folgende zwei Toppings aus dem Ärmel schütteln (Tipps gibt's gratis)...



Italienisches Kräuterpesto

- 1 Bund frisches Basilikum
- 1 Bund Rucola
- 1 Hand frischer Oregano
- 1 Hand Frische Blattpetersilie
- 100 ml Olivenöl
- 30 g geröstete Pinienkerne
- 1 Knoblauch-Zehe
- 1 TL Abrieb einer Bio-Limette
- 1 TL Meersalz

Pinienkerne in der Pfanne ohne Öl rösten und abkühlen lassen.

Die frischen Kräuter waschen und grob von Stielen befreien.

Zusammen mit den gerösteten Pinienkernen, dem Knoblauch, dem Salz, dem Abrieb einer Bio-Limette und dem Olivenöl in eine Küchenmaschine mit Hackmesser geben und dort zu einem frischen, cremigen Kräuterpesto verarbeiten.

Lauwarmer Zwiebel-Tomaten-Salat

- 16 Cherry-Tomaten
- 2 Rote Zwiebeln
- 30 ml Olivenöl
- 1 TL Honig
- 1 TL Balsamico Creme
- 2 TL Limettensaft
- 20 g geröstete Pinienkerne
- 1 Prise Frisch gemahlener Pfeffer
- 1 Prise Meersalz
- 5 Blätter Basilikum
- 20 Rucola Blätter

Rote Zwiebel in Stifte schneiden.

Die Zwiebeln in etwas Olivenöl in der Pfanne anbraten, bis sie leicht braun werden. Nun die halbierten Cherry Tomaten hinzugeben und kurz mitbraten. Limettensaft, Balsamico Creme und Honig hinzugeben und mit Pfeffer und Salz abschmecken. Das Basilikum in feine Streifen schneiden und zusammen mit den Pinienkernen unterheben.

Angerichtet mit etwas Rucola.

