



Grünkohl ist ein
außergewöhnlich gesundes
Gemüse!!!
Heute stelle ich Ihnen / Euch
ein einfaches Grünkohl-Rezept
vor.
Viel Spaß beim Nachmischen.

GRÜNKOHL-PESTO

200 g frischer Grünkohl ohne Strunk, 1 Knoblauchzehe, 1 Bio-Zitrone,
Schale gerieben und etwas Saft, 50 g Paranüsse, Olivenöl, 50 g Pecorino,
Salz, Pfeffer aus der Mühle

Alle Zutaten – den Grünkohl roh - in einem Blitzhacker zerkleinern.
Passt als Dip zu Brot, zu Pasta oder zu Risotto.