

# Spaghetti mit verschiedenen Pestosoßen

## Rotes Pesto

### Zutaten für 4 Personen:

½ TI Balsamico Essig  
100 g sonnengetrocknete Tomaten  
80 ml Olivenöl  
einige Stängel Petersilie  
1 Knoblauchzehe  
1 getrocknete rote Chilischote  
80 g Mandelsplitter  
40 g Parmesan  
1 El Tomatenmark  
Salz, Pfeffer

1. Wasser in einem kleinen Topf aufkochen. Balsamico und getrocknete Tomaten hineingeben und zugedeckt 10 Minuten bei kleiner Temperatur ziehen lassen, bis die Tomaten weich sind.
2. In der Zeit Mandelsplitter in einer kleinen Pfanne ohne Fett bei mittlerer Hitze anrösten. Vom Herd nehmen und beiseite stellen. Petersilie waschen und zupfen. Parmesan reiben. Plastikhandschuhe anziehen und Chilischote aufschneiden, Kerne entfernen und klein schneiden.
3. Sonnengetrocknete Tomaten abgießen und mit Olivenöl in einen Küchenmixer geben. Die Masse pürieren und Petersilie, Knoblauch, Chili und geröstete Mandelsplitter hinzugeben und wieder pürieren. Evtl. mit etwas Wasser von den gekochten Spaghetti geschmeidig rühren.
4. Parmesan untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
5. In ein steriles Einweckglas füllen und eine Schicht Olivenöl darauf gießen. Mit einem Deckel verschlossen bis zu 3 Monate im Kühlschrank aufbewahren.

## Basilikumpesto

### Zutaten für 4 Personen:

1 Bund Basilikum oder 1 üppigen Topf Basilikum  
40 g Pinienkerne  
40 g Parmesan oder Pecorino (frisch gerieben)  
1 Zehe Knoblauch  
100 ml Olivenöl  
Salz, Pfeffer, etwas frischer Zitronensaft

1. Basilikum waschen, abtropfen lassen und zupfen. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Knoblauchzehe schälen. Basilikumblätter, Pinienkerne und Knoblauchzehe grob mit dem Messer hacken. Parmesan frisch reiben.
2. Alle Zutaten in einen Mörser geben und unter Zugabe des Öls zu einer Masse zerstoßen, oder in eine Rührschüssel geben und mit dem Pürierstab fein pürieren. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft abschmecken.

## *Rucolapesto mit Cashewnuss*

### Zutaten für 4 Personen:

2 Bund Rucola  
6 EL Cashewnüsse  
1 El Merrettich  
50 g Parmesan oder Pecorino (frisch gerieben)  
1 Knoblauchzehe  
5 EL Olivenöl  
Salz, Pfeffer, etwas gem. Chili  
ca. 1 El frischer Zitronensaft

1. Vom Rucola die harten Stielenden entfernen. Blätter waschen und trockenschleudern.
2. Cashewnüsse in einer Pfanne ohne Fett vorsichtig anrösten. Parmesan fein reiben.
3. Rucola, Cashewnüsse, Parmesan, Knoblauchzehe und die Gewürze in eine Schüssel geben und mit dem Pürierstab grob zerkleinern. Dann nach und nach Olivenöl zugeben, zwischendurch immer wieder mixen bis eine cremige, nicht allzu dicke Masse entsteht. Mit Zitronensaft abschmecken.
4. Das Pesto hält sich mit Olivenöl bedeckt, ca. 3 - 5 Tage. Es passt wunderbar zu Spaghetti, aber auch auf Bruschetta oder zu gegrilltem Fleisch

### Mengenangabe für die Spaghetti:

Erwachsene: 125 g pro Person  
Kinder: 60 - 80 g pro Person

### Mengenangabe für Pesto:

Pro Person 2 Esslöffel

## *Gemischter Salat*

### Zutaten für 1 Person:

einige Blätter eines  
Salates nach Wunsch und Jahreszeit  
z. B. Feldsalat, Romana, Eichblatt  
1 Tomate, 1 Karotte, etwas Gurke,  
ein Stück rote Paprika

### Für die Salatsauce:

1 El gehackte Kräuter (z.B. Dill,  
Schnittlauch, Petersilie)  
1 EL Olivenöl  
etwas Zitronensaft  
1 TL Balsamico-Essig  
Salz, Pfeffer, 1 kl. Msp. Honig,  
1 Msp. Senf

### Zutaten für 4 Personen:

1 Kopf Lollo Rosso-Salat

Die Menge der Radieschen, Karotten  
Tomaten, Gurke je nach Geschmack

ca. 2 El gehackte Kräuter (z.B. Dill,  
Schnittlauch, Petersilie)  
4 EL Olivenöl  
etwas Zitronensaft  
1 - 2 EL Balsamico-Essig  
1/3 TL Salz, Pfeffer, 1 Msp. Honig  
1/2 TL Senf

### Mengengenangabe für den Salat:

Kinder: 30 bis 40 g pro Person  
Erwachsene: 60 bis 80 g pro Person

1. Salatblätter waschen und abtropfen lassen. Rohkost wie Tomaten, Gurke waschen und klein schneiden. In der Salatschüssel die Zutaten für die Salatsoße cremig rühren.
2. Den Salat und die geschnittene Rohkost dazutun und mischen.

## *Erdbeeren-Mascarpone-Nachtisch*

### Zutaten für 4 - 5 Personen:

10 EI Mascarpone  
8 EI Milch  
1 TI Zucker  
1 EI Ahornsirup  
500 g Erdbeeren  
20 Butterkekse

1. Erdbeeren waschen und putzen. Die Mascarpone, den Zucker, Ahornsirup und die Milch vermischen. Die Erdbeeren in Stücke schneiden. Die Butterkekse zerkrümeln und mit einer Prise Zimt mischen.
2. Danach abwechselnd Butterkekse, die Creme und Erdbeeren in kleine Gläser füllen und eine Viertelstunde kühl stellen.

## *Erdbeer-Tiramisu im Glas*

### Zutaten für 4 - 5 Gläser:

250 g Erdbeeren  
75 g Amarettini  
250 g Magerquark  
250 g Mascarpone  
1 EI Vollrohrzucker, 1 Msp. Zimt  
ca. 75 ml starker kalter Espresso

1. Espresso kochen und kalt werden lassen.
2. Mascarpone, und 1 TI Zucker und Quark glatt rühren. Erdbeeren waschen und 2 Stück beiseite legen.
3. Übrige Erdbeeren putzen und in Scheiben schneiden. Je nach Glas ca. 3 - 5 Amarettini auf den Glasbodenlegen und mit 1 Esslöffel Espresso beträufeln. Erdbeeren an den Glasrand stellen. Darauf 2 - 3 EL Creme geben und mit Erdbeerscheiben belegen. Darauf je nach Glas wieder 3 bis 5 Amarettini geben und mit Espresso beträufeln und einige Erdbeerscheiben darauflegen. Übrige Creme auf die Erdbeeren geben. Zimt und Zucker vermischen und oben auf die Creme geben.
4. Die 2 Erdbeeren halbieren und oben auf die Masse dekorieren und ca. 30 Min. kalt stellen bzw. ziehen lassen.

**Variante:** Für Kinder kann man statt Espresso auch Getreide- oder Instantkaffee oder Kakao nehmen.