
Typ: Pasta

Quelle: Brigitte Sonderheft 20/90

Bemerkungen: Pesto, die Basilikumsoße, kommt aus der italienischen Provinz Ligurien - gleich nebenan, in Frankreich, kennt man die Pesto unter der Bezeichnung Pistou.

Sendung über Ligurien in HR3:

Im Mörser zuerst Knoblauchzehen u d Pinienkerne, dann Basilikumblätter, dann Käse und zuletzt Olivenöl. Viel Arbeit im Mörser. Dazu gleich das Restaurant La Brina Bianca der Familie Cecella: <https://www.labrinca.it/>. DAS ligurische Olivenöl ist aus Taggiasca Oliven.

Zutaten: (4 Portionen)

Etwa 20 Basilikumblätter (großblättrige Sorte)
2-3 große Knoblauchzehen,
1 EL Pinienkerne,
¼ TL grobes Salz,
je 3 EL Parmesan- und Pecorinokäse in Bröckchen
100 mL Olivenöl
frisch gemahlener Pfeffer
500 g Spaghetti
Salz
1 EL Öl,
Parmesankäse zum Bestreuen.

Rezept: Basilikumblätter waschen und in der Salatschleuder trockenschleudern oder mit einem Küchentuch trockentupfen. Knoblauchzehen abziehen, Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Die Basilikumblätter mit Knoblauch, Salz und den Pinienkernen in einen Mixer geben und fein pürieren. Parmesan und Pecorino in Bröckchen nach und nach dazugeben. Danach das Öl in dünnem Strahl zugießen. Mit Pfeffer würzen.

Spaghetti in reichlich Salzwasser mit dem Öl in etwa acht Minuten "al dente" kochen, abgießen und etwas Kochwasser aufheben (etwa 1/2 Tasse). Das Kochwasser unter die Pesto-Soße rühren. Die Nudeln abtropfen lassen und auf Portionsteller verteilen. Pesto darübergeben und Parmesankäse dazu reichen

(pro Portion ca. 970 Kalorien). Fertig in 20 Minuten