

... > Saisonal > Frühling

# Schrats Bärlauchpesto



 **Druck**  **Teilen**  **Speichern**

★★★★☆ **4.68** (425 Bewertungen)

 **289** Kommentare

 75 Min.  normal  15.08.2006  5281 kcal

---

## Weitere Rezepte - genauso gut!

---

## Zutaten

1



Portionen

200 g Bärlauch, (ca. 300 - 350 Blätter, je nach Größe)

50 g Pinienkerne

50 g Sonnenblumenkerne

50 g Kürbiskerne

500 ml Rapskernöl (Bio)

100 g Hartkäse, z.B. Parmesan, Pecorino oder eine labfreie Version

3 Knoblauchzehe(n)

Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Meersalz, grobes

---

## Nährwerte pro Portion

kcal	Eiweiß	Fett	Kohlenhydr.
5281	75,92 g	547,85 g	31,27 g

---

## Zubereitungstipps

---

---

## Zubereitung

🕒 Arbeitszeit ca. 1 Stunde 15 Minuten

🕒 Gesamtzeit ca. 1 Stunde 15 Minuten

Bärlauchblätter waschen, in der Salatschleuder sehr gründlich 3 bis 4 Mal schleudern, bis keine Feuchtigkeit mehr austritt, anschließend grob hacken und in eine Rührschüssel geben. Knoblauchzehen hacken und mit der Kernemischung dazugeben. Öl aufgießen. Mit dem Pürierstab fein pürieren. Käse reiben und gut untermischen. Mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Dieses Gemisch in dunkle Gläser abfüllen und vor Licht und Sonne schützen. Im Kühlschrank ist dieses Pesto bis zu einem Jahr haltbar.

## Rezept von

[schrat](#)

## Weitere Rezepte von [schrat](#)

[Mehr >](#)

---

---

**Tipps & Trends**

---

---

## Video Empfehlungen

---

## Markenrezepte bei Chefkoch

---

## Kommentare

 [Kommentar schreiben](#)

---

13.06.2021 19:49

[PeachPie12](#)

absolut perfekt. ich habe das pesto zubereitet und mit nudeln und Datteltomaten zum Abendessen gemacht. definitiv wieder.

[Antworten](#)

---

22.05.2021 20:10

leckergelee

Das Pesto ist wirklich super. Habe Gläser verschenkt und nur begeisterte Rückmeldungen bekommen. Also wird es nächstes Jahr bestimmt die vielfache Menge werden.

**Antworten**

---

20.04.2021 21:38

juliaapp

Sehr sehr lecker!!!

**Antworten**

---

19.04.2021 01:15

BZW

Hallo, jedes Jahr aufs Neue wird das Pesto auf Vorrat gemacht. Super lecker 😊  
Viele Grüße

**Antworten**

---

14.04.2021 15:41

heidi\_1234

Besten Dank für das unfassbar gute Rezept! Das einzige was ich anders gemacht habe: Ich habe die Kernmischung ohne Öl in einer Pfanne vorab angeröstet und dann im Pesto verarbeitet. Der ganze Raum duftet sobald man das Pesto auf einen warmen „Untergrund“ gibt - herrlich. Leider kann man nicht mehr als 5 Sterne vergeben...

**Antworten**

---

---

12.04.2007 11:14

simonef

Hallo schrat,

würde das gerne für Freunde am Wochenende als Mitbringsel machen.

Wie viel wird das denn ungefähr? Entspricht die Menge der Gläser auf dem Bild einem Rezept?

Wenn ich schon mal anfangen soll es sich schon rentieren und ich fürchte, dass ich mit Bärlauch nicht so das Mengengefühl habe, weil er dann ja püriert wird. Andererseits sollen auch meine Gläser reichen ;)

Danke  
Simone

**Antworten**

---

12.04.2007 02:13

shi\_kira

Ein getostetes Schwarzbrot und dein Pesto darauf einfach lecker.

Ich habe eine größere Menge deines Rezeptes gemacht. Im Thermomix ist es recht schnell zubereitet. Nun bin mal gespannt wie lange es haltbar ist.

**Antworten**

---

19.04.2017 11:50

kuhmelly

Hallo,

habe auch den TM, tue mich aber schwer ,ohne Rezept die richtige Stufe einzustellen.

Darf ich fragen, wie du das Pesto um TM herstellst?

Danke und LG Andrea

**Antworten**

---

07.04.2007 14:23

dienanni

Hallo schrat,

wirklich sehr lecker dein Rezept! Heute morgen frisch eingekauft auf dem Wochenmarkt, gleich verarbeitet, und die erste Portion schon zu Pasta genossen.....

Aber wie kommst du auf eine so lange Zubereitungszeit :-)) ?

LG dienanni

**Antworten**

---

29.04.2013 09:07

Litschi71

Hallo Nanni,  
wir haben ein Bärlauchfeld im Garten und ich habe selber geerntet. Es dauert so lange, weil man GRÜNDLICH waschen sollte (alle Insekten, Spinnen und Vogelschiet entfernen) und ebenso gründlich trocknen (also jedes einzelne Blatt).

Ich habe das Rezept ein wenig abgewandelt, weil Sonntag war und ich nicht genügend oder die richtigen Zutaten im Haus hatte:

250 g Bärlauch, 80 g Kernmix (geröstet - ist sehr! schmackhaft), 2 Knoblauchzehen, 150 g Bio-Olivenöl und 150 g Bio-Sonnenblumenöl (vom Aldi) und aus Versehen 20 g Parmesan mehr.

Das alles hinterher nochmals mit dem Pürierstab bearbeitet, dann muss man sich vorher mit dem Verkleinern nicht solche Mühe geben.

LECKER!!!

Tip: Nicht so viel Pfeffer verwenden, denn Bärlauch ist sowieso schon scharf.

**Antworten**

---

**Folge uns**



---

## Unternehmen

[Presse](#)

[Jobs](#)

[Impressum](#)

[AGB](#)

[Datenschutz](#)

[Datenschutz-Einstellungen](#)



Werben Sie bei uns

Nutzungsbasierte Online Werbung

## Quicklinks

Rezepte finden

Was koche ich heute?

Was backe ich heute?

Magazin Übersicht

Print-Magazin im Abo

Foren

Chefkoch Events

Videos Übersicht

## Newsletter

Zum Newsletter anmelden

## Wir sind für Dich da

FAQ

## Live Rezeptsuchen

baubeermuffin rezepte, hechtklösschen rezepte, karottencremesuppe rezepte, kekse rezepte, kfc rezepte, kirschkuchenrezept rezepte, ofenrisotto rezepte, rumtopf rezepte, schokomu rezepte, tomatenreis rezepte