

K.	
	© Lungauer Kochwerk

Dauer: Schnell
Kategorie: Eingemachtes und Co. Vegetarisch
Saison: Sommer
Für:
Verfasst von: Lungauer Kochwerk

Zutaten

2	Knoblauchzehen
6 EL	Sonnenblumenöl
1 EL	Kürbiskernöl
40 G	Bergkäse
1 PRISE	Salz
40 G	Kürbiskerne
1 BUND	Rucola

Zubereitung

- 1. Kürbiskerne ohne Öl in einer Pfanne rösten.
- 2. Rucola eventuell waschen und trocken tupfen oder in einer Salatschleuder trocken schleudern.
- 3. Knoblauch schälen und pressen.
- 4. Alle Zutaten miteinander mischen, Öl und Salz unterrühren und mit dem Stabmixer pürieren.

Abgefüllt in ein Glas, bedeckt mit Öl (Öl muss immer drüberstehen) im Kühlschrank einige Wochen haltbar. Passt zu Nudeln oder Gemüse, aber auch zu einem frischen Ofenerdäpfel mit Speckstreifen und Joghurtsoße.