

Kohlrabi-Nudeln mit Wildkräuter-Pesto

Zutaten:

- 2 Kohlrabi
- 1 Schüssel Wildkräuter
(z. B. Spitzwegerich, Brennnessel, Löwenzahn, Vogelmiere)
- frisches Basilikum und Petersilie nach Geschmack
- Olivenöl
- etwas Edelhefe-Flocken, wer mag
- ½ Tasse Nüsse
(Pinienkerne, Walnüsse oder Sonnenblumenkerne)
- Salz
- Pfeffer



Zubereitung:

Kohlrabi schälen und zu Nudeln schneiden. Das gelingt mit einem Julienne-Schneider oder einer Reibe mit passendem Aufsatz.

Die Nüsse mahlen, die Kräuter hacken und beides mit dem Öl, Salz, Pfeffer und den Hefeflocken zu einem leckeren Pesto vermischen.

Das Pesto über die Kohlrabi-Nudeln geben und ca. 30 Minuten ziehen lassen, damit der Kohlrabi etwas weicher wird.

Guten Appetit!

Wenn du Fragen zur Zubereitung und den Rezepten hast, wende dich einfach an den Verein Frohnatur 2012 e. V. - Wir helfen gerne weiter!