

## Linguine mit Petersilien-Zitronen-Pesto und Parmesan

### Zutaten für 4 Portionen:

#### Pesto:

1 Zitrone, unbehandelt  
1 frische Knoblauchzehe  
1 Bund Petersilie  
3 Zweige Minze  
90 g Parmesan  
20 g Pinienkerne, ersatzweise  
Mandelstifte  
80 ml Rapsöl, kaltgepresst  
Salz

Schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen

#### Pasta:

400 g Linguine oder eine andere Sorte  
nach eigener Wahl  
Salz  
80 g getrocknete Tomaten, in Öl  
eingelegt  
150 g Grillkäse, z. B.: Halloumi  
15 ml Rapsöl



### Und so geht's:

**Pesto:** Zitrone heiß waschen, trocknen und Schale fein reiben. Knoblauch abziehen und klein schneiden. Kräuter waschen und trocknen. Einige Zweige Petersilie für die Dekoration zur Seite legen. Die Blätter der übrigen Kräuter von den Stielen zupfen und grob schneiden.

Parmesan fein reiben.

Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten, dann abkühlen lassen.

Zitronenschale, Knoblauch, Kräuter, ein Drittel des Parmesans sowie die Hälfte der Pinienkerne mit dem kaltgepressten Rapsöl mit dem Pürierstab mixen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Pasta:** Pasta in reichlich Salzwasser bissfest garen, dann in einem Sieb abtropfen lassen – dabei etwas Nudelwasser auffangen.

Tomaten abtropfen lassen und zusammen mit dem Grillkäse zentimetergroß würfeln.

Grillkäse in einer Pfanne in Rapsöl bei hoher Hitze kurz scharf anbraten.

Pasta mit Pesto sowie etwas Nudelwasser mischen und zusammen mit Tomaten und Grillkäse anrichten, dann mit dem restlichen Parmesan, Pinienkernen sowie Petersilie garnieren.

Copyright: UFOP



**ufop**

Union zur Förderung  
von Öl- und Proteinpflanzen e. V.

Herausgeber:

UFOP e. V.  
Claire-Waldoff-Straße 7  
10117 Berlin  
Telefon 030/235 97 99 - 0  
Telefax 030/235 97 99 - 99  
E-Mail [info@ufop.de](mailto:info@ufop.de)  
Web [www.ufop.de](http://www.ufop.de)

**INFORMATION**  
Union zur Förderung von Öl- und Proteinpflanzen e. V.