

Bärlauch-Hanf-Pesto

Bärlauch-Hanf-Pesto

Zutaten:

- 50 g [Hanifthaler Kürbiskerne geröstet und gesalzen](#)
- 50 g Parmesan
- 1/2 TL Salz
- 100 g Bärlauch
- 80 ml [Bio Hanföl kaltgepresst](#)
- 1 EL Zitronensaft

Zubereitung:

1. Kürbiskerne, Parmesan und Salz in einen Mixer geben und vermahlen.
2. Nach dem vermahlen den Bärlauch und das Hanföl hinzufügen und die Zutaten nochmals vermengen.
3. Zuletzt noch den Zitronensaft hinzufügen und nochmals kurz durchrühren.

Foto + Rezept von [@lenaallesklar](#)

