

Chili-Pesto mit Zitronengras

Zutaten für ca. 150 g Pesto

Für das Chili-Pesto

- 300 g passierte Tomaten
- 3 EL Erdnussöl
- 1 ½ EL Xylitol oder Rohrzucker
- 1 EL Apfelessig
- 1 EL gehackter Ingwer
- 2 Kaffir-Limettenblätter - Stiele entfernen
- 1 Stange Zitronengras - in dünne Ringe schneiden
- 1 TL Chilipulver
- 1 TL Kristallsalz

Zubereitung

- Vorbereitungszeit ca. 5 Minuten
- Koch-/Backzeit ca. 15 Minuten

Die passierten Tomaten zusammen mit den Limettenblättern und dem Zitronengras in einen Mixer geben und fein pürieren.

Das Öl in einer Pfanne erhitzen und den Ingwer darin 2 Minuten anbraten. Mit der Tomatensauce ablöschen, Essig, Xylitol (Rohrzucker), Chili und Salz dazugeben und ca. 15 Minuten leicht köcheln lassen. Und schon ist das pikante Chili-Pesto fertig.

Nährwerte pro 50 g

Kalorien: 159 kcal, Kohlenhydrate: 7 g, Eiweiss: 3 g, Fett: 12 g



Link zum Rezept

<https://zdg.de/chili-pesto-mit-zitronengras.html>