



**Lebendiges Land**  
Ökologische Produkte

Rezept der Woche KW26 | 2024

# Spitzkohl gebraten oder gegrillt mit Frühlingspesto

4 Portionen

## Zutaten

- 1 großer Spitzkohl (ca. 1 kg)
- 50 ml Olivenöl
- 4 EL gehackte Kräuter
- 150 g Erdnüsse
- 7 Stangen  
Frühlingszwiebeln
- Saft einer Bio-Zitrone
- 40 g gemahlene Mandeln
- Salz
- Pfeffer

## Zubereitung

1. Spitzkohl halbieren, vom Strunk und den äußeren Blättern befreien, beide Hälften noch einmal längs halbieren. Mit Olivenöl bepinseln, salzen, pfeffern und bei großer Hitze auf dem Grill oder in einer Pfanne von jeder Seite 4-6 Minuten grillen bzw anbraten.
2. Für das Frühlingspesto die Frühlingszwiebeln mit Olivenöl, Salz, Pfeffer, Zitronensaft und gemahlene Mandeln im Standmixer pürieren. Die Erdnüsse hinzufügen und untermixen. Das Pesto kräftig abschmecken.
3. Spitzkohl je nach Gusto mit etwas Pesto, Kräutern, und grob gehackten Erdnüssen anrichten. Das restliche Pesto in Schälchen dazu servieren.