

Rucola pesto



Met zonnebloempitten

Ingrediënten voor 1 jampotje:

- 100 gram rucola
- 1 teentje knoflook
- Snufje zout
- Wat citroensap
- 2 eetlepels zonnebloempitten
- 2 eetlepels Parmezaanse kaas
- Extra virgin olijfolie

Bereiding:

1. Rucola wassen en goed uit laten lekken.
2. Zonnebloempitten kort roosteren in een droge koekenpan op een laag vuur.
3. Knoflook, zout en zonnebloempitten fijn wrijven in een vijzel.
4. Daarna de wat kleingesneden rucola fijnwrijven in de vijzel. Dit gaat beter in kleine hoeveelheden tegelijk. Een keukenmachine kan vanaf dit punt handig zijn, maar een vijzel geeft een mooiere structuur.

5. Citroensap en Parmezaanse kaas toevoegen en zoveel olijfolie dat het een smeug geheel wordt.
6. Pesto in een glazen potje doen en afdekken met een laagje olijfolie.

Deze pesto blijft zeker een week goed in de koelkast.

Rucola

Rucola (raketsla) hoort net zoals de kolen bij de kruisbloemfamilie. Het blad heeft een pittige, iets bittere en nootachtige smaak. Het is lekker om wat rucolablad aan een groene salade toe te voegen, vaak zit het ook in kant-en-klare salademengsel.

In de moestuin is het een snelle plant die je van de lente tot de herfst kunt zaaien en binnen 2 tot 3 weken kunt oogsten. In de zomermaanden schiet de rucola snel door, de plant gaat dan bloeien. De smaak van het blad is dan nog pittiger, maar ook taaier. De bloemetjes zijn ook eetbaar en zijn leuk als garnering.

Omdat rucola zo snel doorschiet (komt daar de naam raket vandaan?) is het ook leuk om veel te oogsten en er pesto mee te maken.