

Grillplätzli mit Zitronenpesto

Vor- und zubereiten: ca. 15 Min.

leicht

Pesto

1 **unbehandelte Zitrone**, nur $\frac{1}{2}$ abgeriebene Schale und 1 Esslöffel Saft

3 **Esslöffel Pinienkerne**, fein gehackt

1 **Esslöffel Olivenöl**

$\frac{1}{2}$ **Teelöffel Salz**

wenig Pfeffer

Alle Zutaten gut mischen.

4 **Kalbsplätzli** (z. B. Nuss, Eckstück; je ca. 150 g)

$\frac{1}{2}$ **Teelöffel Salz**

wenig Pfeffer

Grillieren

Holzkohlegrill, Gas- oder Elektrogrill: Plätzli beidseitig je ca. 1 Min. über starker Glut/Hitze grillieren, würzen, Pesto dazu servieren.

Pro Person: 8 Fett, 24 g Eiweiss, 1 g Kohlenhydrate, 692 kJ (166 kcal)



Tipp: Lust auf die Klassiker der Mittelmeerküche? In «Kulinarische Ferienträume» finden Sie die beliebtesten Spezialitäten aus Italien, Spanien, Frankreich und Griechenland!

Bestellmöglichkeit bei Betty Bossi, Die Ideenküche, 6009 Luzern, oder auf unserer Website

www.bettybossi.ch

