

Grillplätzli mit Zitronen- pesto

Vor- und zubereiten: ca. 15 Min.

leicht

Pesto

1 unbehandelte Zitrone,
nur ½ abgeriebene Schale
und 1 Esslöffel Saft

3 Esslöffel Pinienkerne,
fein gehackt

1 Esslöffel Olivenöl

½ Teelöffel Salz

wenig Pfeffer

Alle Zutaten gut mischen.

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

½ Teelöffel Salz

wenig Pfeffer

Grillieren

**Holzkohlegrill, Gas- oder Elektro-
grill:** 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 beliebtes-
ten Spezialitäten aus Italien, Spanien,
Frankreich und Griechenland!

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

www.bettybossi.ch

