



Schwarzwurzel Tarte

mit Cashew-Sahne & Petersilie



Zutaten für 2 Personen:

- | | |
|-------------------------------|---|
| Pesto | Die Edamame in gesalzenes, sprudelnd kochendes Wasser geben und 5 Minuten kochen. Anschließend unter kaltem Wasser abschrecken und die Bohnen aus der Schote drücken. |
| 200 g Edamame (in der Schote) | |
| 4 Stängel Mangold | Den Mangold waschen und die Blätter von den Stängeln trennen. |
| 1 Knoblauchzehe | |
| 3 EL Kürbiskerne | Eine Pfanne, zunächst ohne Öl erhitzen, um darin die Kürbiskerne zu rösten. Diese beiseite stellen und etwas Öl in die heiße Pfanne geben. |
| Salz | Darin die Mangoldstängel blanchieren. |
| Olivenöl | |
| 2 EL Limettensaft | |
| Außerdem | Das Baguette (im Ofen oder Toaster leicht rösten), mit dem Pesto bestreichen, einigen Sojabohnen garnieren und genießen. |
| 1 Baguette | |