

## Pesto mit Basilikum, Nüssen und Haselnuss Öl

Zutaten (für 4 Personen): 500g NATURATA Spaghetti - 1 Bund Basilikum (oder auch Bärlauch) - 1 Knoblauchzehe - 30g Naturata Haselnüsse geröstet - 2 EL Naturata Haselnussöl - Naturata Meersalz, Pfeffer - 30g geriebener Pecorino (oder anderer Hartkäse) - 75g Crème fraîche - 150ml Naturata Gemüsebrühe classic



### Zubereitung:

Die Spaghetti werden nach Packungsanleitung bissfest gekocht. Den Basilikum, bzw. den Bärlauch waschen und abtropfen lassen. Anschließend den Knoblauch abziehen und mit den Haselnüssen und den Kräutern im Mixer fein zerkleinern. Das Haselnussöl zugeben, salzen, pfeffern und den geriebenen Pecorino und Crème fraîche unterheben. Dann die Gemüsebrühe in einer separaten Tasse zubereiten und mit dem Pesto vermengen. Das Pesto wird im Teller auf die Spaghetti angerichtet.

## Spezialitäten-Öle auf einen Blick

	Aprikosenkern Öl	Avocado Öl	Mohn Öl	Macadamianuss Öl	Haselnuss Öl
Güteklasse	nativ	nativ	nativ	mild-röstig	mild-röstig
Besonderheiten	intensiver Geschmack nach Marzipan	aus dem Fruchtfleisch der Avocado gewonnen	aus heimischem Schlafmohn	reich an einfach ungesättigten Fettsäuren	mildes Röstaroma
Ursprungsland	Türkei	Chile, Neuseeland oder Kenia	Deutschland	Kenia	Türkei
Verwendung	Durch seinen einzigartigen Geschmack nach Marzipan ideal geeignet für Süßspeisen, Obst und Desserts, aber auch für eine besondere Note in Salaten.	Ideal zum Dünsten von Fisch, Fleisch, Gemüse und zum Verfeinern von Salaten, Dips und Süßspeisen.	Für einen köstlich abwechslungsreichen Geschmack in Salaten und zum Verfeinern von Süßspeisen.	Bringt eine feine, mild-röstige Nussnote in Salate und Süßspeisen. Ebenfalls geeignet für einen leicht nussigen Geschmack in blanchiertem Gemüse und Antipasti.	Perfekt für Kuchen, Gebäck oder Waffeln, aber auch für eine feine Nussnote in Salaten und anderen Gerichten geeignet.



## Rezepte für Spezialitäten-Öle

Erlesene Rezepte für außergewöhnliche Öle



Neue erlesene Spezialitäten-Öle verleihen jedem Gericht das gewisse Extra Egal ob Aprikosenkernöl mit feiner Marzipannote für süße Speisen oder Avocadoöl zum Dünsten für herzhaftere Gerichte. Die kleinen Naturata Spezialitäten-Öle in der praktischen 100ml-Flasche bringen neuartige Geschmackserlebnisse in die heimische Küche.

### Linsensalat mit Apfel und Mohn Öl

Zutaten (für 4 Personen): 500g Linsen - Naturata Gemüsebrühe classic - 4 kleine Äpfel - 3 EL Naturata Aceto Balsamico di Modena - 5 EL Naturata Mohnöl - Naturata Kräutersalz - Pfeffer



#### Zubereitung:

Die Linsen gut waschen und nach Packungsanleitung kochen und mit der Gemüsebrühe etwas würzen. Anschließend die Linsen sehr gut im Sieb abtropfen lassen und die Apfelwürfel dazu geben. Aus den restlichen Zutaten ein Salatdressing herstellen und darüber gießen. Das Ganze mindestens 20 Minuten durchziehen lassen. Der Salat eignet sich als Vorspeise oder als Beilage, dazu passt auch sehr gut etwas Baguette. Tipp: Der Salat kann auch mit Frühlingszwiebeln und Ziegenkäse verfeinert werden.

### Taboulé-Salat mit Avocado Öl

Zutaten (für 4 Personen): 450ml Wasser - 200g Bulgur - 1 Bund Frühlingszwiebeln - 2 Knoblauchzehen - 4 Tomaten - 1 Salatgurke - Naturata Meersalz und Pfeffer - 5 EL Zitronensaft - 5 EL Naturata Avocadoöl



#### Zubereitung:

Den Bulgur in dem Wasser kochen lassen, danach den Zitronensaft darüber gießen und einige Minuten zum Quellen stehen lassen. Die Zwiebel, den Knoblauch, die Tomaten und die Salatgurke waschen, schälen und klein hacken anschließend über den Bulgur geben und mit Salz, Pfeffer und Avocadoöl abschmecken. Für den Dip Joghurt mit etwas Limette-Minz-Chutney vermengen.

### Pasta mit Blattspinat, Pilzen und Macadamianuss Öl

Zutaten (für 4 Personen): 300g Pilze - 600g Blattspinat - 2 EL Naturata Olivenöl - 2 Knoblauchzehen - 1 kleine Zwiebel - 500g Naturata Nudeln - 100g Schlagsahne - Salz und Pfeffer - Naturata Gemüsebrühe classic - Muskat - 75g geriebener Parmesan - 2 EL Naturata Macadamianussöl



#### Zubereitung:

Zwiebel und Knoblauch klein hacken und im Olivenöl in einer beschichteten Pfanne anbraten. Geputzte und dick geschnittene Pilze dazugeben und kurz braten, dann die gewaschenen und grob geschnittenen Spinatblätter und ein bisschen Wasser dazugeben. Wenn der Spinat zusammengefallen ist, Schlagsahne hinzugeben, noch kurz köcheln lassen und mit Salz, Pfeffer der Gemüsebrühe und dem Muskat abschmecken. Die Nudeln bissfest kochen, abgießen und mit der Sauce vermischen. Das Gericht noch vor dem Servieren mit dem geriebenen Parmesan und ein bisschen Macadamianussöl abrunden.

### Bratapfel mit Aprikosenkern Öl

Zutaten (für 4 Personen): 4 Äpfel (säuerliche Sorte) - 100g Butter - 50g Naturata geröstete und gemahlene Mandeln - 50g Naturata Rosinen - Saft einer Zitrone - 1 EL Naturata Roh-Rohrzucker - 1 TL Zimt - Naturata Aprikosenkernöl



#### Zubereitung:

Die Äpfel waschen und das Kerngehäuse entfernen. Die Äpfel anschließend innen mit Zitronensaft beträufeln, damit sie nicht braun werden. Die Butter in einem Topf erhitzen und wenn sie weich ist mit den Mandeln und den Rosinen vermischen. Anschließend mit Zimt und Zucker oder mit Ahornsirup/ Honig abschmecken. Die Äpfel auf ein Backblech setzen und mit der Masse füllen. Im vorgeheizten Backofen bei 200°C ca. 20-30 Minuten braten. Nach der Hälfte der Bratzeit die Äpfel eventuell mit Alufolie abdecken, damit sie nicht verbrennen. Die Äpfel heiß servieren und etwas Aprikosenkernöl darüber träufeln. Tipp: Feine Vanillesoße rundet dieses Gericht ab.