



 **claro**  
FAIR TRADE

Rezept

# Veganer Parmesan

# Veganer Parmesan

## mit claro Cashewkernen



1 kleines Schraubglas



ca. 15 Min.

### ZUTATEN

80g	Cashewkerne
10g	Edelhefeflocken
20g	Haferflocken
1 EL	Pinienkerne
1/4 TL	Zwiebelpulver
2 Prisen	Meersalz

### ZUBEREITUNG

- 1) Alle Zutaten in einen kleinen Häcksler oder Standmixer geben.
- 2) Mahlen bis eine feine aber noch leicht körnige Konsistenz erreicht ist. Je nach gewünschtem Salzgehalt mit einer weiteren Prise Salz abschmecken.
- 3) Die gewünschte Menge veganen Parmesan direkt über dein Essen geben und den Rest in ein Schraubglas füllen und verschlossen aufbewahren.

### AUFBEWAHRUNGSTIPP

Der vegane Parmesan hält sich mindestens 2 Wochen ungekühlt. Im Kühlschrank mindestens 4 Wochen.

### TASTE TIPP

Der Parmesan passt wunderbar als Topping zu Pasta mit Pesto oder Tomatensauce aber auch zu bunten Salatbowl und vielem mehr.

Bei den Hefeflocken achte auf gute Qualität. Am besten schmecken mir die Hefeflocken die auf Melassebasis und damit auch glutenfrei sind.

\*Produkte aus dem claro Sortiment