

Pistazienmus

VORBEREITEN

5
Min.

RUHEN

5
Min.

ZUBEREITEN

15
Min.

NIVEAU



Zutaten für 1 Glas

250 g Pistazien

Besonderes Zubehör

Hochleistungsmixer

Ob als Brotaufstrich, zu knusprigen Ofenkartoffeln, als Topping auf meinem geliebten Pistazieneis oder pur als kleiner Snack für zwischendurch - **Pistazienmus** bringt Abwechslung in meine Ernährung. Es mag für dich vielleicht etwas gewöhnungsbedürftig klingen, aber ich kann dir sagen: Wenn du **Pistazien** magst, wirst du diese Variante lieben. **Nussig, süßlich** und **leicht salzig** im Geschmack - als würde man Pistazien schmelzen. So lässt sich das glänzend **grüne Nussmus** am besten beschreiben. Und weil die Zubereitung im **Hochleistungsmixer** so schnell geht, kannst du in der Zwischenzeit schon mal überlegen, welche Nussmus-Kreation du als nächstes ausprobierst. Erdnuss, Cashew, Macadamia, Tahin, Kokos oder doch lieber Mandel? Gut, dass dir die kreativen Ideen und Vorratsgläser nicht so schnell ausgehen!

- 1 -

Backofen auf 150 °C Ober-/ Unterhitze vorheizen.

- 2 -

Pistazien auf ein Backblech geben und 5-10 Minuten im Ofen rösten. Auskühlen lassen.

- 3 -

Pistazien in einen Hochleistungsmixer geben und auf höchster Stufe mahlen bis eine cremige Konsistenz entsteht.

- 4 -

Ist das Pistazienmus nicht cremig genug, noch etwas geschmacksneutrales Öl hinzufügen und erneut mixen.