



PESTO DE RÚCULA SELVAGEM

Tempo de preparação
5-10 min

Preparação

Numa liquidificadora, misture os pinhões, a rúcula, o parmesão, o azeite e o dente de alho.

Tempere e misture até obter uma pasta.

Mantenha no frigorífico até 5 dias.

Ingredientes

50 g de pinhões, tostados
100 g de rúcula selvagem
50 g de queijo parmesão, ralado finamente
(ou uma alternativa vegana)
150 ml de azeite de boa qualidade
1 dente de alho