

Pesto på morotsblast

PESTO

Receptet är för 1 liten burk

PESTO

1 dl	solrosfrön
------	------------

3 dl	hackad morotsblast
------	--------------------

2 st	vitlösklyftor
------	---------------

1 dl	olivolja
------	----------

Efter tycke & smak	havssalt/himalayasalt
--------------------	-----------------------

Efter tycke & smak	Svartpeppar
--------------------	-------------

1 tsk	citron zest
-------	-------------

Om man vill ha "vanlig" Pesto så är det bara att byta ut morotsblasen mot Basilika!

HUSGERÅD

Måttats

Stekpanna

Rivjärn

Vitlökspress

Matberedare

Glasburk

Pesto på morotsblast

Pesto på morotsblast

Så här gör du

- Torrosta solrosfrön i en stekpanna
- Hacka morotsblasten
- Riv zest från citronen
- Pressa vitlöken
- Måtta upp olivoljan
- Lägg solrosfröna, morotsblasten, citrozesten, vitlöken och olivoljan i en mixer och kör till en jämn smet/röra
- Smaka av med havssalt och svartpeppar

[Pesto på morotsblast 1](#)

[Pesto på morotsblast 2](#)

Ät och njut av härlig Pesto i olika maträtter, som topping på zucchini- eller squash pasta eller som en smakrik röra.

Paleo så gott och så enkelt!

Magnus & Jenny

PS: vissa av ingredienserna är länkade till webbutiken Bodystore.se [[shoppingcarticon](#)]