

# Ramslökspesto

## RAMSLÖKSPESTO

Ger ca 3 dl

70 g ramslök

1 dl rostade solroskärnor

1,5 dl olivolja

Efter tycke & smak himalayasalt/havssalt

Efter tycke & smak grovmald svartpeppar

## HUSGERÅD

Måttsats

Stekpanna

Matberedare

Glasburk

Allergiinformation: Receptet innehåller solroskärnor.

Inlägget innehåller reklam genom annonslänkar för Bodystore, Hemköp och Bagaren & Kocken.

# Ramslökspesto

## Ramslökspesto

Att göra pesto är både ett gott och bra sätt att ta tillvara på sin ramslök. Peston blir stark och smakrik så det krävs inte så mycket för att få en god smak och därför också väldigt dryg och räcker länge.

### Så här gör du

- Mät upp och rosta solroskärnorna i en torr [stekpanna](#) (om du inte har färdigrostade)
- Lägg ner ramslök, de rostade solroskärnorna och olivoljan i en mixer eller matberedare med knivblad
- Mixa till en fin pesto, du väljer själv hur grov eller fin du vill ha den beroende på tiden du mixar
- Smaka av med himalayasalt/havssalt och nymald svartpeppar
- Häll upp i en burk med lufttätt lock
- Förvara din Ramslökspesto i kylan

Ät och njut av din Ramslökspesto till grillat i din sallad eller varför inte laga vår goda [Fiskgratäng med pesto](#).

PS: vissa av ingredienserna är länkade till webbutiken [Bodystore](#), [Hemköp](#) och husgeråden är länkade till webbutiken [Bagaren & Kocken](#)



**Paleo för ett hälsosammare liv!**

*Jenny & Magnus Andersson*

Licensierade kostrådgivare inom Paleo och lågkolhydratkost, kokboks författare samt hälso- och matinspiratörer.

Ren och naturlig mat ligger oss varmt om hjärtat. Vi har funnit vår väg till hälsa genom Paleo och brinner nu för att hjälpa andra med kost och hälsa genom ett ursprungsperspektiv.

---