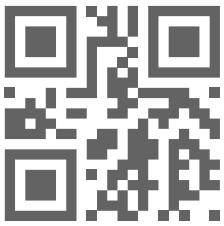




Universitat
de les Illes Balears

#SOM
UIB



SALUDABLE

PASTA AMB PESTO D'ALVOCAT

Ingredients (2 pax)

- 160 g de pasta integral
- 7 fulles d'alfabeguera
- 1 avocat
- ½ gra d'all
- Llimona
- Sal marina
- 1 cs d'oli d'oliva verge
- 1 cs de pinyons o nous



Elaboració

Bulliu la pasta integral segons indicacions del fabricant, colau-la i reservau-la.

Per fer la salsa de pesto, pelau i llevau el pinyol a l'avocat, pelau l'all i rentau les fulles d'alfabeguera. A continuació, posau aquests ingredients en un recipient juntament amb una mica de sal, la fruita seca, l'oli d'oliva verge i unes gotes de llimona. Seguidament tritureu-ho tot.

Ja podeu muntar el plat.

#DillunsSenseCarn

MÉS INFORMACIÓ
<ousis.uib.cat>

PÀGINES VERDES UIB

Vicerectorat
de Campus, Cooperació
i Universitat Saludable

