



Rustik örtpesto

ETT RECEPT ENLIGT DIET FOR A GREEN PLANET

RECEPT AV: KOSTENHETEN I SÖDERTÄLJE



Pesto som betyder stött eller krossad, är en sås med ursprung i norra Italien. Pesto ska egentligen som namnet antyder stötas i mortel, men det går lika bra i matberedaren. Minska på olivoljan så har du ett perfekt alternativ till smöret på smörgåsen.

GÖR SÅHÄR

1. Lägg alla ingredienser utom osten i matberedaren och mixa till önskad konsistens.
2. Blanda ner den rivna osten för hand.

Tips! Om den känns för tjock kan den spädas lite med vatten.

INGREDIENSER

4 portioner

- 1 knippe färsk basilika
- 1 knippe färsk persilja
- 2 msk solrosfrön
- 1 vitlöksklyfta
- ½ dl olivolja
- 2 msk riven lagrad svensk ost
- Salt och peppar

50 portioner

- 100 g färsk basilika
- 100 g färsk persilja
- 4 dl solrosfrön
- 10-12 vitlöksklyftor
- 6 dl olivolja
- 4 dl riven lagrad svensk ost
- Salt och peppar

OM DIET FOR A GREEN PLANET

Diet for a Green Planet är ett koncept som tar hänsyn till hållbarhet inom flera områden och innehåller kriterier som bidrar till en mer hållbar livsmedelsproduktion. Södertälje kommun har länge arbetat enligt konceptet, vilket har etablerat kommunen som ledande i landet när det gäller hållbarhet i de offentliga måltiderna. Läs gärna mer på hemsidan dietforagreenplanet.se, som projekt MatLust står bakom.

