

**SALSA PESTO VEGANA RÁPIDA**

Como aderezo de ensaladas, bocadillos, pasta

 5 minutos 5.4 cucharadas**INGREDIENTES**

- 20 gramos de pistacho crudo
- 40 gramos de aceite de oliva, virgen
- 1 diente de ajo, crudo (4 g). Manojito de albahaca o cilantro o perejil. (20g aproximadamente)
- 1/4 de cucharadita de café sal

MÉTODO DE PREPARACIÓN

1º Triturar primero los pistachos con el ajo y la sal y el cilantro con el aceite y triturar hasta conseguir una mezcla más o menos homogénea. (quedan trocitos de pistachos).

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR CUCHARADA (12 g)	% DDR
ENERGÍA	751 kcal	90 kcal	5 %
PROTEÍNA	6 g	1 g	1 %
H. CARBONO	6 g	1 g	0 %
AZÚCARES	1 g	0 g	0 %
GRASA	77 g	9 g	13 %
GRASAS SATURADAS	11 g	1 g	7 %
FIBRA ALIMENTARIA	2 g	0 g	1 %
SODIO	612 mg	73 mg	3 %