



## GNOCCHI CON PESTO DE CALABACÍN

 15 minutos 15 minutos 1 porción

### INGREDIENTES

- 150 gramos de gnocchi
- 1/2 unidad mediana de calabacín, crudo (160 g)
- 10 gramos de pistacho, tostado, y sin cáscara
- 2 cucharadas soperas, queso rallado de queso Parmesano [26 g]
- 1 cucharada soperas de aceite de oliva, virgen extra (9 g)
- 1 diente de ajo, crudo (4 g)
- 5 hojas de albahaca (3 g)

### MÉTODO DE PREPARACIÓN

- 1º Hervimos los ñoquis en agua hasta que suban a la superficie y escurrimos.
- 2º Hacemos el calabacín cuadraditos y lo hervimos (o realizamos la cocción en Air Fryer - Microondas)
- 3º Colocamos todos los ingredientes del pesto (calabacín cocido, aceite, ajo, queso) en un procesador, lo salpimentamos al gusto y lo trituramos bien.
- 4º Servimos los ñoquis con el pesto, por encima los pistachos, removemos y ¡listo!

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN (326 g)	% DDR
ENERGÍA	162 kcal	527 kcal	26 %
PROTEÍNA	6 g	19 g	39 %
H. CARBONO	19 g	61 g	24 %
AZÚCARES	1 g	4 g	4 %
GRASA	7 g	22 g	31 %
GRASAS SATURADAS	2 g	6 g	31 %
FIBRA ALIMENTARIA	1 g	3 g	13 %
SODIO	86 mg	279 mg	12 %