

**PESTO AL BASILICO**

Dosi per 10 porzioni

 10 porzioni**INGREDIENTI**

- 100 grammi di basilico, fresco
- 75 grammi di succo di limone
- 40 grammi di noci di Macadamia
- 30 grammi di parmigiano reggiano grattugiato
- 100 grammi di olio di oliva extravergine
- q.b di sale e pepe

COME PREPARARE LA RICETTA

- 1° Unisci i primi 4 ingredienti in un robot da cucina. Frullare alcune volte fino a quando il basilico sarà tritato finemente e il formaggio e le noci saranno distribuiti uniformemente. Versare l'olio in circa 1/4 di tazza alla volta. Una volta aggiunto tutto l'olio, raschiare i lati e aggiungere i condimenti. Lasciare funzionare il robot da cucina finché tutti gli ingredienti non saranno amalgamati in modo uniforme.
- 2° Conservatelo in frigorifero e mescolate molto bene prima di servire. È normale che l'olio d'oliva si solidifichi quando è freddo.

INFORMAZIONI NUTRIZIONALI

	PER 100 g	PER PORZIONE (35 g)	% AR
ENERGIA	392 kcal	136 kcal	7 %
PROTEINE	6 g	2 g	4 %
CARBOIDRATI	3 g	1 g	0 %
ZUCCHERI	3 g	1 g	1 %
LIPIDI	39 g	14 g	20 %
GRASSI SATURI	8 g	3 g	13 %
FIBRE ALIMENTARI	2 g	1 g	3 %
SODIO	176 mg	61 mg	3 %