Pesto szpinakowe

skorskadietetyk

Polecane na: **pieczywo, przystawki i przekąski, śniadanie**

Kuchnia (region): **polska**

Warto wiedzieć:

10 min

15 porcji

Składniki:

szpinak - 5 garść
słonecznik - 100 g
czosnek - 2 ząbek
sok z cytrny - kilka kropel
olej rzepakowy - 1/2 szklanka
sól i pieprz - do smaku
chleb żytni razowy - 1 kawałek

Sposób przygotowania:

KROK 1: Na gorącą patelnie wrzucić słonecznik i mieszać, aż się podpraży(najpierw zacznie pachnieć i zmieni lekko kolor, ale nie przypali się).

KROK 2: Najpierw w blenderze zblendować na pył słonecznik, później wrzucić resztę składników i zblendować na gładką masę. Przyprawić do smaku solą i pieprzem.

KROK 3: Posmarować pieczywo.