

13 Νοεμβρίου 2018

Φαρφάλες ολικής με πέστο φουντουκιού

[Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός / Γαστρονομία](#)



Συστατικά

- 500 γρ. φαρφάλες ολικής άλεσης

Για την πέστο

- ½ ματσάκι μαϊντανός, μόνο τα φύλλα

- 130 γρ. φουντούκια
- 1 κ.σ. διατροφική μαγιά
- 1 σκ. σκόρδο
- 130 γρ. ελαιόλαδο
- χυμό από ½ λεμόνι

Για το σερβίρισμα

- Ξύσμα από ½ λεμονιού
- ψιλοκομμένος μαϊντανός (προαιρετικά)
- χοντροκομμένο φουντούκι (προαιρετικά)

15 λεπτά

Χρόνος Εκτέλεσης

Shares 5606bf075942176c08f602bcfdffb1eae4f9ffc25749ab7454da85f803864740

Image not found or type unknown

4

Μερίδα/ες

Difficulty ff7c9d703c99daf2ec2af59a591ebe31b6bd74796afe6167236e1316b56ed4a6

Image not found or type unknown

1

Βαθμός Δυσκολίας

Μέθοδος Εκτέλεσης

- Σε μία κατσαρόλα με μπόλικο αλατισμένο νερό που βράζει, ρίχνουμε τις φαρφάλες.
- Βράζουμε σύμφωνα με τις οδηγίες της συσκευασίας, μείον ένα λεπτό. Θέλουμε τα μακαρόνια μας να είναι al dente.
- Σε ένα μούλτι βάζουμε όλα τα υπόλοιπα υλικά εκτός από το ξύσμα λεμονιού και χτυπάμε για 3 λεπτά μέχρι να ομοιογενοποιηθούν όλα τα υλικά μεταξύ τους και να έχουμε μια πάστα.
- Σε ένα μπολ ανακατεύουμε τα ζυμαρικά με το πέστο και σερβίρουμε με το ξύσμα λεμονιού, τον ψιλοκομμένο μαϊντανό και τα έξτρα φουντούκια.
- Αν θέλουμε πασπαλίζουμε και με λίγο έξτρα ελαιόλαδο

Πηγή: akispetretzikis.com