

# PRZEPISY FIT&EASY



## PEŁNOZIARNISTA BRUSCHETTA Z PESTO Z RUKOLI

### Przygotowanie:

#### Bruschetta:

Pomidorki umyj, osusz i uktóż na blaszce wyłożonej papierem do pieczenia. Skrop łyżką oliwy, popraw do smaku. Czosnek posiekaj na dość grube kawałki i uktóż na pomidorkach. Chleb również skrop oliwą i uktóż na tej samej blaszce. Wktóż wszystko do piekarnika nagrzanego go 180°C na 15 min. Na chleb utóż pomidorki i dodaj pesto z rukoli. Smacznego :)

#### Pesto:

Wszystkie składniki zmiksuj na gładką masę przy użyciu blendera. Dopraw do smaku.

Przepis i zdjęcie pochodzi ze strony [Modern Taste](#)

### Składniki:

#### Pesto:

1 opakowanie [Rukoli Fit&Easy](#)  
1 ząbek czosnku  
Ok. 10 listków świeżej bazylii  
6-7 łyżek oliwy z oliwek  
Sól i pieprz

#### Bruschetta (2 mate):

2 kromki pełnoziarnistego chleba  
Ok. 10 pomidorków koktajlowych  
Ok. 2 łyżek oliwy z oliwek  
1 łyżeczki suszonej bazylii  
1 łyżeczki suszonego oregano  
Szczypta soli  
Kilka łyżeczek pesto z rukoli