



## PESTO JARMUŻOWE

### Sposób przygotowania:

Pestki słoneczka podprażamy na suchej patelni a potem rozdrabniamy blenderem. Z papryczki usuwamy pestki, kroimy drobno. Jarmuż rozdrabniamy w blenderze, dodajemy przyprawy, pestki słoneczka, papryczkę i parmezan. Na samym końcu dodajemy oliwę.

### Składniki:

jarmuż Fit&Easy- 2 szklanki  
słonecznik tuskany- 0,5 szklanki  
oliwa z oliwek  
ostra papryczka- 1 sztuka  
parmezan - 3 łyżki startego  
**przyprawy:** pieprz, kurkuma, gałka muskatowa