

Tagliate le zucchine a rondelle, lessatele al dente in acqua salata - conservate l'acqua di cottura per riutilizzarla per la pasta - e fatele raffreddare.

320 gr di spaghetti integrali
2 zucchine (circa 200 gr)
30 gr di parmigiano grattugiato
10 mandorle pelate (o pinoli)
10 foglie di basilico
5 foglie di menta
olio
sale

Spaghetti Integrali con Pesto di zucchini

Frullate quindi le zucchine con il basilico, la menta, il parmigiano, le mandorle (o i pinoli), aggiungendo un cucchiaino di acqua di cottura.

Regolate di sale e pepe e mettete da parte. Lessate quindi gli spaghetti nell'acqua di cottura delle zucchine.

Una volta cotti, conditeli con il vostro pesto di zucchini a cui aggiungerete un filo d'olio a crudo.

Le quantità di basilico e menta possono essere aumentate o diminuite secondo vostro gusto.



DIFFICOLTÀ ♥ PERSONE ♥ TEMPO ✂

*Love*Laugh*Eat*