



allo spreco alimentare



Gettare meno si può!

Le buone ricette con gli avanzi

Pesto di foglie di carote

Tutti sanno che le carote sono deliziose. Pochi invece sanno che anche le foglie delle carote sono commestibili. Preparate come pesto rivelano tutto il loro delicato gusto.

Tempo di preparazione: 20-30 minuti

Ingredienti

- 50 g circa di foglie verdi di un mazzo di carote (possibilmente bio)
- 100 g di noci di acagiù/anacardio (o altre noci)
- 8 c (da zucchero) di olio d'oliva
- 30 g di parmigiano (o sbrinz)
- 1 spicchio d'aglio
- sale, pepe



Preparazione

Lavare bene le cime delle carote e togliere i gambi più fibrosi; tagliare finemente con un coltello o con le forbici. Aggiungere le noci e l'olio, il formaggio e l'aglio tagliato a fettine. Condire con sale e pepe a piacimento. Frullare il tutto con un robot da cucina o un frullatore a immersione.

Ottimo sugli spaghetti oppure nella preparazione di crostini.