

Pesto di menta

Categoria: Salse e Sughi - Salse



Informazioni Generali






 Preparazione: 10 min	 Dosi per: 4 persone
 Costo: Basso	 Difficoltà: Molto Basso

Il pesto di menta è una salsa fresca e delicata, ottima per accompagnare il pesce grigliato ma anche la carne arrostita; di semplice e rapida preparazione, può essere una piacevole alternativa per condire ed impreziosire diversi secondi piatti.

Per realizzare il pesto di menta, basterà frullare (o pestare in un mortaio) delle foglie di menta, pinoli, olio extravergine di oliva, sale e pepe.



Ingredienti

» Menta 20 foglie tenere e profumate 	» Pinoli 20 gr 
» Olio extravergine di oliva 200 ml circa 	» Sale q.b. 
» Pepe macinato al momento q.b. 	

Preparazione



Pulite le foglie di menta con un panno umido e ponetele in un frullatore (o in un mortaio) assieme ai pinoli (1), il sale, il pepe; fate frullare (2) un paio di minuti aggiungendo mano a mano, a filo, l'olio extravergine di oliva. Aggiustate eventualmente ancora di sale e pepe, e conservate la salsa al pesto di menta in frigorifero fino al momento dell'utilizzo (3).

Consiglio

Per questa preparazione è meglio utilizzare dellamenta dalle foglie tenere e molto profumate.

