

# Hráškové pesto



**Obtížnost:** 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 2min  
Celkový čas: 17min , Porce: 4

**218** kalorií , **0 g** cukrů , **17 g** tuků , **12 g** bílkovin

**Autor:** sonizna

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/hraskove-pesto>

## Příprava

Hrášek rozmixujeme spolu s mátou, bazalkou a česnekem. Osolíme a opepříme podle chuti. Zakápneme citrónovou šťávou. Bagetku nakrájíme na plátky a opečeme ji nasucho v pánvi. Podáváme namazané hráškovým pestem.



### Tip k receptu

Pesto můžeme využít také při pečení masa - hodí se do jehněčího - vytvoříme kapsu, vložíme pesto a připevníme šňůrkou či párátkem.

## Ingredience

- ✓ 200 g hrášku
- ✓ 1/2 hrsti máty peprné
- ✓ 1/2 hrsti bazalky
- ✓ 1/2 stroužku česneku
- ✓ 2-3 lžíce parmazánu
- ✓ 1 lžíce olivového oleje
- ✓ 1 lžička citrónové šťávy
- ✓ 7 g soli
- ✓ 7 g pepře
- ✓ 1 ks bagety

## Kategorie

Obyčejný den, Italská, Bezlepková,  
Vegetariánská, Jaro, Finančně nenáročná,  
Zelenina, Předkrm

