

## **Pesto de pistache**

**Portions: 1,5 tasse (environ 260mL) ou 17 c. à table**

**Coût approximatif total : 5,75\$**

**Coût approximatif par portion : 0.34\$ par c. à table**

**Matériel : Robot culinaire**

**Allergènes : Sans gluten, sans produits laitiers, végétarien, végétalien**

**Temps de préparation: 5 minutes**

**Temps de cuisson: aucune**

### *Ingrédients*

- ¼ de tasse de pistaches crues écalées non salées
- 2 c. à table d'huile d'avocat
- 1 tasse de persil frais
- ¼ tasse de basilic frais
- ¼ c. à thé de piment de Cayenne
- 1 gousse d'ail
- ½ lime (zeste + jus)
- Sel, poivre (au goût)

### *Préparation*

1. Dans un robot culinaire, ajouter tous les ingrédients sauf l'huile d'avocat.
2. Incorporer l'huile en filet jusqu'à consistance légèrement granuleuse.
3. Conserver au réfrigérateur jusqu'à maximum 2 semaines. \*

### **Valeur nutritive par c. à table:**

- **Calories : 22**
- **Lipides : 2 g**
- **Glucides : 1 g (fibres 0,5 g)**
- **Protéines : 0 g**

**Suggestion de repas: Idéal sur de l'agneau, de la volaille ou même du poisson blanc!**

\* En cas de réfrigération pour plus de 3 jours, il est préférable d'ajouter une fine couche d'huile d'olive sur le pesto pour réduire l'oxydation.